

2012年6月14日

株式会社 三オブックス  
東京都千代田区神田須田町2-6-5 OS'85ビル  
<http://www.sansaibooks.co.jp>  
TEL 03-3255-7995 (代表)

## 美肌・デトックス・ダイエット・リラックス効果!! 人気レシピブLOGGER初のオリジナルレシピ本 「川島令美の食べてキレイに毎日野菜レシピ」 6月14日発売

出版社三オブックス(本社:東京都千代田区神田須田町 代表取締役 塩見正孝 <http://www.sansaibooks.co.jp>)は、有機野菜などの食品宅配専門スーパー「Oisix」(オイシックス)のレシピブログでもお馴染みの、川島令美さんの初のオリジナルレシピ本「川島令美の食べてキレイに毎日野菜レシピ」を6月14日に、全国書店、Amazonほかで発売を開始しました。

内面からの美・健康《美食同源》をテーマに、フードコーディネーターとして各メディアや飲食店舗などへの食の提案をしている川島令美さんは、日本ボディスタイリスト協会・食学科(オリエントフードアドバイザー)企画立案を行い、立ち上げに参画、同協会の認定講師としても活躍。本書は、モデル・女優としての顔も持つ彼女がプロデュースする、旬の野菜を使った160種類以上の健康レシピを紹介しています。各レシピには、美肌・デトックス・ダイエット・リラックスなどの食べることで得られる効果の記載に加え、使用した野菜の栄養解説も掲載。また、野菜だけに限らず、魚介類や肉を使ったさまざまなレシピを紹介し、調理時間やカロリーなども記載しているので、季節と自分の好みに合わせたレシピを選ぶことができます。

### ■仕様

発売日: 2012年6月14日

体裁: B5判/4色/96ページ

定価: 1,200円+税

販路: 全国書店/ネット通販書店

### ■Amazon

[http://www.amazon.co.jp/gp/search/ref=as\\_li\\_qf\\_sp\\_sr\\_tl?ie=UTF8&keywords=%E5%B7%9D%E5%B3%B6%E4%BB%A4%E7%BE%8E%E3%81%AE%E9%A3%9F%E3%81%B9%E3%81%A6%E3%82%AD%E3%83%AC%E3%82%A4%E3%81%AB%E6%AF%8E%E6%97%A5%E9%87%8E%E8%8F%9C%E3%83%AC%E3%82%B7%E3%83%94&tag=sansaibooks-22&index=aps&linkCode=ur2&camp=247&creative=1211](http://www.amazon.co.jp/gp/search/ref=as_li_qf_sp_sr_tl?ie=UTF8&keywords=%E5%B7%9D%E5%B3%B6%E4%BB%A4%E7%BE%8E%E3%81%AE%E9%A3%9F%E3%81%B9%E3%81%A6%E3%82%AD%E3%83%AC%E3%82%A4%E3%81%AB%E6%AF%8E%E6%97%A5%E9%87%8E%E8%8F%9C%E3%83%AC%E3%82%B7%E3%83%94&tag=sansaibooks-22&index=aps&linkCode=ur2&camp=247&creative=1211)



# News Release

## ■掲載内容

### ●実を食べる

トマト、ナス、ズッキーニ、カボチャ、パプリカ、ピーマン、アボカド、オリーブ、キュウリ、豆

### ●根を食べる

大根、カブ、人参、ジャガイモ、サトイモ、サツマイモ、山芋、ゴボウ、レンコン

### ●葉を食べる

タマネギ、ブロッコリー、アスパラガス、キャベツ、小松菜、春菊、ほうれん草、レタス、白菜、大葉

### ●山の恵みを食べる

キノコ、タケノコ、山菜

### ●魚介・肉・米・スープ

魚介類、肉類、米、スープ

### ●スイーツ&ドリンク



## ■本件に関するお問合わせ先

報道関係者様向け問い合わせ先：株式会社 三才ブックス（担当：岩田 篤）

E-mail：[iwata@sansaibooks.co.jp](mailto:iwata@sansaibooks.co.jp)

TEL 03-3255-7995（平日 1000～1800）

## ■会社概要

会社名：株式会社 三才ブックス

代表者：代表取締役 塩見正孝

本社所在地：〒101-0041 東京都千代田区神田須田町2-6-5 OS'85ビル4F

設立：1980年3月26日

URL：<http://www.sansaibooks.co.jp>

主な事業：出版業