

楽々LIFEシリーズ(A4正寸)

11月7日発売!

カラダのためのスープレシピ(仮)



空書出版社

ターゲット・媒体概要

★読者ターゲット

1)メイン:20~40代/主婦・ひとり暮らし

※仕事帰りに毎日コンビニに寄る消費者にも

★書店・コンビニ向け★

主婦はもちろん、学生や男性、一人暮らし、高齢者なども片づける気になる！

企画内容・構成

疲れて帰った時にしっかり料理をするのは面倒ですが、そんな時こそ滋養をとることが大切。そこで便利なのがスープです。基本は野菜をざっくり切って、水や調味料と火にかけるだけ。野菜が過熱されてかさも減るので、生で食べるより量を多くとることもできます。また具や味付けに工夫をすれば、それをメイン料理にすることも。さらに本書では、「胃腸の疲れをとる」「血液をサラサラにする」「貧血に効く」などカラダに効くスープから、「ストレスを軽減する」「安眠できる」といったココロに効くスープまで、具体的に何に効くのかを解説しながらご紹介します。



広告料金

[広告掲載料金]

- ◆表4 : ¥700,000- 原稿サイズ: 天地250mm×左右200mm
- ◆表2 : ¥600,000- 原稿サイズ: 天地297mm×左右210mm
- ◆表3 : ¥500,000- 原稿サイズ: 天地297mm×左右210mm

※原稿は完全データで発売日の30日前にご入稿お願い致します。

※仕上がり寸法、天地10mm×左右20mmは製本の都合上切れてしまう場合がございます。
文字などは入れないようにお願い致します。

広告に関するお問い合わせ

株式会社笠倉出版社 広告部

〒110-0015 東京都台東区東上野2-21-3 成宝ビル2F

TEL : 03-4355-1102 FAX : 03-5812-3293

進行スケジュール

- ◆ 校正1回：10月14日
- ◆ 投げ込み校了：10月24日
- ◆ 配本日：11月3日
- ◆ 発売日：11月7日

- ・判型：中綴じ/A4正寸
- ・予価：490円
- ・販路：CVS
一部書店
- ・発行部数：60,000部
- ・発売日：2016年11月7日発売
- ・発行/発売：株式会社 笠倉出版社

清水
レシピ開発&編集 食生活アドバイザー
スローダイエット.com主宰(<http://www.slowdiet.com/>)
旬の食材を使った健康レシピや美容系レシピなどを企画・制作。
著書に『楽LIFEシリーズ』『THE もやし』『THE 豆腐』(笠倉出版社)、
『ヨウ素たっぷり海藻浄化レシピ』(文化出版局)、『えこまんま』(旭屋出版)など。「はなまるマーケット」をはじめテレビ出演も。