

# 作り置き不要のレシピ本 たちまち4刷決定!!!

1食200円の  
驚きの食生活  
を大公開!



作り置き不要！ 準備10分！  
誰でも作れるワンパターンごはん、  
でも、これがウマいんだ！



## ☆☆パブ情報☆☆

- 11/9(木)webメディア「cakes」 \* 一人鍋は全然わびしくない！ 稲垣流すき焼きはダッチオーブンで。
- 11/8(水)ラジオ「Blue Ocean」(TOKYO FM) \* 著者出演
- 11/16(木)「月刊からだにいいこと」(祥伝社) \* 著者インタビュー
- 2018/1/19(金)「クウネル3月号」\* 著者インタビュー
- 近日予定 週刊文春、毎日新聞、時事通信、「Lovely Day?」(FMよこはま)

11/20(月)  
4刷出来!

書名	ISBN	仕様	ご希望数
人生を救う人生最強の食卓 もうレシピ本はいらない	978-4-8387-2944-9	四六並製 1,400円+税 2017/9/7	
	稲垣えみ子編		

ご注文は マガジンハウス 受注センターまで (担当: )

**FAX: 0120-468-127**

TEL: 049-275-1811

chumon@magazine.co.jp

(番号・アドレスはお間違えのないようにお願いします。)

貴店番線印

※出庫に際しましては部数調整場合もございます。ご了承ください。 **マガジンハウス** 営業部