

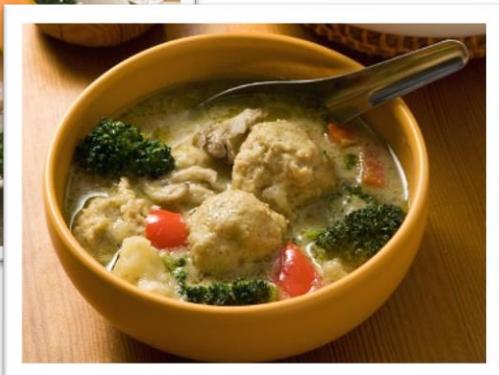
〈報道関係各位〉

青春出版社

新刊『管理栄養士が教える 美肌スープ』発売！

肌荒れ、シミ…肌トラブル別に効果的なスープレシピを紹介

このたび、青春出版社（東京都新宿区）は、『管理栄養士が教える 美肌スープ』（著・森 由香子）を6月10日に刊行いたします。



最近、マスクの摩擦による肌荒れに悩む女性が増えています。とはいえ、マスクはこれからも欠かせないため、肌トラブルと向き合っていかなければなりません。

そこで、管理栄養士である森由香子先生が、体の中から肌トラブルを改善する「美肌スープ」のレシピを公開！森先生自身も、30歳の頃からこのスープを続けて美肌を保たれているといいます。

スープは、栄養バランスのよい食材を鍋で煮込むだけなので、とても手軽で簡単。さらに、作りおきしておけば、忙しい日でもレンジで温めるだけで、栄養満点のメニューが食べられます。

本書では、肌荒れ、吹き出物、シミ、くすみなど悩み別に効果的なレシピを考案。和・洋・中とバラエティに富んだ味付けなので、毎日新鮮に楽しむことができます。



◆著者プロフィール◆

森 由香子(もり・ゆかこ)

管理栄養士。日本抗加齢医学会指導士。

東京農業大学農学部栄養学科卒業。大妻女子大学大学院（人間文化研究科 人間生活科学専攻）修士課程修了。2005年より東京・千代田区のクリニックにて、入院・外来患者の血液検査値の改善にともなう栄養指導、食事記録の栄養分析、ダイエット指導などに従事している。『ソレダメ』（テレビ東京）などメディアにも出演。

【書籍情報】

■書名:『管理栄養士が教える 美肌スープ』 ■著者:森 由香子

■定価：880円（税抜） ■出版日：6月10日（水）より全国書店・ネット書店にて販売

■仕様：文庫判／176 ページ ■ISBN：978-4-413-09756-7

本件に関するお問い合わせ

株式会社青春出版社 プロモーション部：西尾 春季 〒162-0056 東京都新宿区若松町12-1

TEL : 03-3202-1212 / FAX: 03-3203-5130 / MAIL : h-nishio@seishun.co.jp