

3万人のファンを持つ注目の“星読みアーティスト”と
人気フードインストラクターによる新感覚のレシピブック発売！

『星座別・運を呼び込む幸せレシピ』

出版記念パーティー&プレス向けイベント開催のお知らせ



Ameba 公式ブログ「天空からのソウルメッセージ 今日の空模様」で話題沸騰中のソウルメッセンジャー・ルミナ山下による星座メッセージと、NY 在住のフードインストラクター・いとうゆきによる星座別 48 レシピを収録したレシピ本が 6 月 1 日全国書店にて発売！

【本書の特徴】

人は生まれた瞬間からさまざまな性質（エネルギー）を持ち合わせています。一般的に知られている 12 星座をはじめ、生まれたタイミングから導き出されるホロスコープ（星座の座標）からわかることは、仕事や勝負運、体調から恋愛の傾向まで、一人ひとりのエネルギーの性質を導き出せるものなのです。

本書では、ソウルメッセンジャー・ルミナ山下があなたのエネルギーをつかさどる星座と食べ物の関係を読み解きます。ホロスコープの中でも、特に重要な太陽（仕事・勝負）・月（体調）・金星（恋愛）の 3 つの星座をキーワード

に、計 48 のレシピをご紹介します。レシピ考案は、数々の著書を持つ

NY 在住の人気フードインストラクター・いとうゆき。

星座占いが好きな方も、これまでにない星座の読み解き方が生まれるはず。

[レシピ内容]

本書で紹介しているレシピは、陰陽五行食物学（マクロビオティック）や酵素栄養学（ローフード）、現代栄養学まで、フードインストラクターいとうゆきが専門とする食養学をフルに活かし、すべてがグルテンフリー&ベジタリアン・ヴィーガン対応レシピとなっています。注目のスーパーフードや旬の食材、星座エネルギーを高める食べ物を活用し、「ここぞ！」という勝負時に食べたいレシピから体調がすぐれないときのお助けレシピ、他の星座エネルギーを意識してパワーアップしたいときなど、日常的にとり入れたい簡単でおいし

いレシピをたっぷりご紹介。魅力的かつ斬新なアイデアが満載の一冊となっています。

[星座の特徴に機能性レシピ]

エネルギーを溜め込みがちな星座へ

発散・浄化（溜め込んだエネルギーを外に発散し、浄化を促す）

悪循環になりがちな星座へ

巡り（からだの巡りをととのえ、コンディションアップ）

冷静になりたいとき、右往左往してしまう星座へ

グラウディング（地に足をつけた精神性・安定性を意識する）

パワーがない、落ち込みがちな星座へ

燃焼（燃え上がるようなエネルギーをとり入れる）

etc

[星座におすすめの食べ物]

太陽・月・金星の3つの星座、それぞれ12星座ごとに

おすすめの食べ物・食べ方をご紹介。エネルギーの特徴をわかりやすく解説。

[対談]

太陽・月・金星、3つの星座について

”感性を高める”方法

[食材帳]

パワーアップに欠かせないスーパーフードからこだわりのアイテム紹介

[購入者限定コンテンツプレゼント]

購入者にだけご案内する2人の著者によるスペシャル Web コンテンツつき

『星座別・運を呼び込む幸せレシピ』は

全国書店、Amazon ほかオンラインストアで6月1日（金）より発売

◆ 出版記念パーティー&プレス向けイベント開催 ◆

本書の発売を記念して、5月22日（火）東京・神宮前の人気カフェ「Ones Cantine bio（ワズ キャンティン ビオ）」にて、出版記念パーティー&プレス向けイベントが開催決定！当日は、著者2人のトークほか、いとうゆきが考案した星座別レシピが振る舞われます。

【開催概要】

[日時]

5月22日（火）

受付 14:30／開始 15:00／終了予定 17:00

[会場]

Ones Cantine bio (ワズ キャンティン ビオ)

東京都渋谷区神宮前 3-30-12 G ビル神宮前 1F

www.onesholdingcompany.com

[参加費]

8,640 円

※書籍 1 冊、本書の内容にちなんだ軽食・ドリンクつき

[定員]

100 名様限定

[イベント詳細・参加申し込みはこちら]

www.arijp.com/ct/1805

[プレス・取材申し込みはこちら]

<https://ws.formzu.net/fgen/S53440380>

【著者プロフィール】



ソウルメッセンジャー

ルミナ山下

株式会社ルミナプラス代表取締役。株式会社グランドライン取締役。セッション、セミナーで延べ 10,000 人以上の人生を好転させてきた作家、アーティスト。生まれてまもなく里子として様々な家を転々し、3歳のときに臨死体験

をする。ゴビ砂漠への旅をきっかけにあらゆる宇宙情報を感じ。4年間の浄化期間を経て、マンダラやホロスコープの観察をするうちに世の事象や人の健康や心にそれらが影響していることを知り、臨床をとる。2010年に独立、プロとして活動開始。近年は化学調味料ゼロのオーガニック食品のプロデュースや商品開発を手掛け、国内外から注目を浴びる。エネルギーアート、音楽活動などアーティストとしても活躍中。著書に『天空のソウルメッセージ』（KADOKAWA）、『新月 Pink 満月 Blue 願いを叶える Fortune Note』（永岡書店）がある。

オフィシャルサイト www.lumina.site

ブログ www.ameblo.jp/neoluminous



いとうゆき

フードインストラクター／ベジタリアン料理研究家

日本リビングフード協会代表。国際食学協会特別講師。東京家政大学大学院健康栄養科修了・修士（家政学）。米国 Natural Gourmet Institute 卒業・シェフ。自身の闘病をきっかけに食に対する関心を高め、国内外の専門学校でマクロビオティックやリビングフード、スーパーフード、グルテンフリーダイエットなど健康食を幅広く学ぶ。現在はニューヨークに在住し、日本と行き来しながら健康的な食事とライフスタイルの普及に努める。雑誌やWEBで健康食に関する情報を積極的に発信するほか、イベントやセミナー、料理教室も手が

け、実例豊富なわかりやすい講義に定評あり。著書に『グルテンフリーのベジ
ヌードル☆レシピ』（二見書房）、『スーパーフード便利帳』（二見書房）、
『ロージュース・レシピ』（地球丸）など多数。

オフィシャルサイト www.yukiitoh.com

日本リビングフード協会 www.livingfood.jp

ブログ www.ameblo.jp/liveggies



【書籍概要】

『星座別・運を呼び込む幸せレシピ』

著者／ルミナ山下、いとうゆき

ISBN 978-4906913794

128 ページ／ソフトカバー

[発売日]

2018 年 6 月 1 日（金）全国の書店

Amazon ほかネットストアで発売開始

[Amazon.co.jp]

<http://amzn.asia/gLWluw7>



本プレスリリースに関するお問い合わせは

キラジェンヌ株式会社

TEL 03-5371-0041

FAX 03-5371-0051

info@kirasienne.com

(担当：渡邊)