

2023年10月27日

# ジャーナリスト・安藤優子

## すべて私服セルフスタイリング&オリジナルレシピ

### 「おしゃれ」と「食べること」を綴る ライフスタイルブック 11/28発売

株式会社宝島社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:蓮見清一)は、ジャーナリスト・安藤優子さんの著書『アンドーの今もずっと好きなもの。』を2023年11月28日(火)に発売します。

本書は、安藤優子さんの「おしゃれのセオリー」と「日々の料理のこだわり」を紹介するフォトエッセイです。安藤さんは、すべてのファッションページに私服で登場。スタイリングも自身で手掛けており、ファストファッションをMIXした洗練スタイルや体形カバーのコツ、はずし小物の取り入れ方など、同世代だけでなく若い世代も参考になるテクニックが満載です。また、料理ページはすべて安藤さんの手作りで、オリジナルレシピです。合言葉は『だいたい&ちゃちゃっと』。いつも台所にある材料で作れる、お洒落な時短レシピを紹介します。さらにセンスあふれるおもてなし術を大公開。報道の最前線で活躍しているときとは違う、“オフの日”のチャーミングな安藤さんの魅力を垣間見る事ができる一冊です。



#### CONTENTS

##### ・Chapter1 着ること

マイシャツと出会う/ジャケットは肩で着る/Tシャツはサイズ感/春夏秋冬のカラーコーデ/無類の OUTER 好き/大人のワンピース/大人のセットアップ/アンドーカットの作り方 etc.

##### ・Chapter2 食べること

アンドー一家に集う仲間との食事/わたしを作る豊かな食卓/みんながよるこぶ主菜/あと一品ほしいときの便利な副菜/野菜たっぷりが嬉しいサラダ/一年中、鍋物 etc.

##### ・Chapter3 暮らすこと

愛犬リングとの暮らし

ユニクロやZARAなどファストファッションをMIXした洗練スタイルや体形カバーのコツ、はずし小物の取り入れ方など同世代はもちろん、若い世代も参考になります！



『アンドーの今もずっと好きなもの。』

発売日：2023年11月28日(火)

定価：1430円(税込)

## センスあふれる アンドー家のおもてなし術& オリジナルレシピを大公開！



## 愛犬リンちゃんとの秘話や 海の家での暮らしも初公開！



### 【安藤優子（あんどう・ゆうこ）プロフィール】

ジャーナリスト、ニュースキャスター。椋山女学園大学客員教授。1958年、千葉県生まれ。高校時代、交換留学生としてアメリカへ留学後、上智大学比較文化学部（現・国際教養学部）を卒業。同大学院にてグローバル社会学博士号取得。ジャーナリストとして世界各国での取材、先進国首脳への単独インタビューなどで活躍。数々の番組でメインキャスターを務める。

※本リリースの素材を使用される際は、『安藤優子 LIFESTYLE BOOK』（宝島社）の企画である旨とカメラマンクレジット（ファッション撮影／天日恵美子、料理撮影（人物・静物）／深澤慎平）を明記してください