

書店名		番線印★	搬入希望日			
ご担当者様		電話				
備考		保留（可・不可）				
月号	大特集	サブ特集	通常サイズ (本体価格/冊数)		Sサイズ※付録なし (本体価格/冊数)	
1111216031	2016年 3/17号 野菜たっぷり 副菜を作り置き	忙しい日は「味つけ冷凍肉」で！／白髪・薄毛でもう悩まない！ フライパン(まるごと)コロッケ／うわさの「マシュマロクリーム」 大人のチェーンプレスレット 【いただきます！】築地	333円	品切	333円	
1111216032	2016年 4/2号 人が来る日の魅せごはん スペシャル	ちらしずし、押しずし、パエリア／<ベジカップ>でおもてなし。 <美模様>生春巻き／持ち寄りなら「スタッフバゲット」！ 本当に似合う服の見つけ方／技ありレジャーシートに注目！ 【いただきます！】千葉 南房総 【ワタナベマキさんの甘味処】草だんご	333円		333円	
1111216041	2016年 4/17号 「マヨ鶏」「塩鶏」で むね肉しっとり革命！ 付録：大人の肌の 「透明感」の作り方	「腸内フローラ」を整える食べ方／<フラムクーヘン>はいかが？ 新・野菜炒めの教科書／喫茶店のなつかしプリン アンティーク風塗装で小物リメイク 【いただきます！】愛媛 松山	333円	品切	333円	
1111216042	2016年 5/2号 ラク家事大特集 付録：基本の洋食10&中華10	台所仕事はかどる新ルール／手が汚れない！ハンバーグ&つくね 編集部イチオシ使える家事グッズ／夫を「家事メン」に変える！ 食パンでBIGなピザができた！／荻野シェフの「ワンベジ」サラダ 【いただきます！】京都 宇治・伏見 【ワタナベマキさんの甘味処】かしわ餅	417円		333円	
1111216051	2016年 5/17号 本気でぜーんぶ カレースペシャル！	スパイス3つで本格インドカレー！／<まるやか素材>でルウのカレーが変わる！ ナンとチャパティをおうちで／ご当地レトルトカレー 人気店のカレーうどん&カレーSPAをスクープ！／市瀬さんちの「スプーンサラダ」 なるほど！カレーアカデミー／カレー汚れの落とし方大研究 【いただきます！】「カレーの街」東京 神保町をご案内	333円		333円	
1111216052	2016年 6/2号 豆腐、劇的チェンジ	やせ体質を手に入れる！ 朝、食べるから太らない！／やせる立ち方・座り方 おデブ味覚よ、さらば！／冷やしタオル体操 つるりん、鶏しゃぶサラダ 【いただきます！】倉敷 【ワタナベマキさんの甘味処】いろいろ	333円		333円	
1111216061	2016年 6/17号 今年の「なす」は どう食べる？ 付録：野菜の冷蔵&冷凍のコツ	なすのミートグラタン／油を吸わせないなす炒め 中華の翡翠なす、香味揚げ／食中毒、もう怖くない <バクチー居酒屋>開店！／濃厚チーズアイスが今どき。 粘土で作るかわいいブローチ 【いただきます！】大阪 中之島・北船場	370円		333円	
1111216062	2016年 7/2号 創刊31周年 ありがとう特別号 付録：「大きい字」ですすい 作れる殿堂入りBESTレシピ！	野菜のための「極うまだれ」／本気でガバオ 南蛮漬け、「揚げない」宣言！／<指体操>で、ストップ・ザ・もの忘れ <冷凍トマト>はいいことずくめ。／スイーツの達人が教える最強お取り寄せ！ 【いただきます！特別編】シンガポール	417円	品切	333円	
1111216071	2016年 7/17号 魅せる「夏つまみ」 スペシャル！ 付録：子どもと作る 3ステップおやつ	おつまみから揚げで乾杯！／とうもろこしで、かき揚げと炊き込みご飯。 前菜に「3層」テリーヌを。／大皿で！汁なしあえ麺 夏でもぐっすり！眠りの新常識／鏡リュウジさんの星占い 【いただきます！】新潟 越後妻有 【ワタナベマキさんの甘味処】麩まんじゅう	398円		333円	
1111216072	2016年 8/2号 がんばらない日の サラダ麺、肉麺。	「蒸し豚」でそそるおつまみ／「焼き枝豆」のすすめ 絶品アイスコーヒーをおうちで！／夏の2大にお問題を解決！ ストップ！大人のあせも 【いただきます！】秩父	333円		333円	
1111216081	2016年 8/17号 「味つけ肉ストック」で 速攻ごはん！	レンチンおかず、2分小鉢／トマトとなすで<シャレつまみ>！ イマドキ冷凍食品NEWS／夏の「だるい」をすっきり解消！ 【いただきます！】東京 大島 【ワタナベマキさんの甘味処】淡雪かん	333円		333円	
1111216082	2016年 9/2号 玉ねぎ、アボカドで 夏疲れを解消！	オレベ発「オイル玉ねぎ」／アボカドでおめかしおつまみ さめてもおいしい、お弁当そぼろ／お弁当のおしゃれな詰め方 脳タイプ別ムダ買しないコツ／地震の備え、ここが肝心！ 【いただきます！】青森 津軽	333円		333円	
1111216091	2016年 9/17号 もちもち&カリカリ じゃがいも新食感。 付録：ほぼ70分で！ フライパンちぎりパン	<甘辛りんごだれ>でポークソテーを柔らかく！／9月が肝心！老けないスキンケア 尾花流 大人の「若見え」メイク術／気持ち上がる積み重ねボディケア LOVE♡キャロットラペ／<レモンカード>をめしあがれ。 【いただきます！】出雲 【ワタナベマキさんの甘味処】えびせん	417円		333円	
1111216092	2016年 10/2号 今号は一冊まるごと 「家飲み」バイブル2016	今食べたい！肉つまみBEST4／クリームチーズとモッツアレラで乾杯。 おつまみサラダ、おつまみ漬け／「包まない」春巻きとシューマイ 酔っても作れる「麺」／ボールでできちゃう<おうち燻製> あの人のレポート買いおつまみ／おいしいお酒の基礎講座 【いただきます！】勝沼	333円		333円	
1111216101	2016年 10/17号 れんこん、 ごぼうの新境地！	極上しっとり！ささ身おかず／はやりのアップルパイを焼こう。 おばけポットパイでHAPPYハロウィーン♪／洋服「ゆる捨て」のすすめ。 秋のダニアレルギー徹底対策 【いただきます！】大分	333円		333円	
1111216102	2016年 11/2号 おめかし和食 スペシャル 付録：ごはんに合う <和サラダ>の本	「具を楽しむ」ごちそうつくね／小さなのりで「ラク巻きずし」 「フライド根菜」をおつまみに。／「白菜ミルフィーユ鍋」を土鍋で。 <あんぱースト>はパンとなかよし。／重箱で、素敵におもてなし 新提案！秋から<ちょこちょこ>大そうじ 【いただきます！】福井 若狭	398円		333円	
1111216111	2016年 11/17号 一冊まるごと パン&スイーツspecial 付録：花ダイアリー2017	ちよいでこ・スイーツ／しっとり、ふわとろ「生シフォン」 人気店の「極厚サンド」／キャロットケーキの幸せ ハンドミキサーで作る「こねない」パン／厚切り食パンで話題のトーストを。 「バブカ」って知ってる？／売れずじ製菓グッズお試し隊 名物ローカルパン大集合！	370円	品切	333円	
1111216112	2016年 12/2号 大根ってこんなに スゴかった！ 付録：作り置きスープbook	新発想！焼き大根&炒め大根／<下味冷凍>で大根煮もの革命！ 食べるサブリ「皮つきおろし」／ふんわりチキンナゲット、もちりポテトナゲット ハンドミキサーで作る「こねない」パン／厚切り食パンで話題のトーストを。 ゆず1個から作れる「ゆず茶」／今年は風邪をひきません宣言 年末前の「すっきり冷蔵庫」案内／【いただきます！】伊豆・下田	398円		333円	
1111216121	2016年 12/17号 肉のごちそうは、 オープンまかせで！ 付録：野菜のお菓子カレンダー 2017	かくれんぼケーキとローズケーキ／<人目につくこと>大そうじ おめかしポテサラ／サクサクツイストピザ クリスマスのペーパーオーナメントのトースト 【いただきます！】奈良	370円		333円	
1111216122	2017年 1/2号 今年こそ！ バタバタしないおせち	忙しい人の楽チャーシュー／ほぼ20分！超特急「煮しめ」 今から作れる冷凍おせち／「花手まり」をめしあがれ 野菜たっぷり、重ねマリネ／人形町今半の「極上すき焼き」 暮らしのヒット商品ランキング2016／餅花で作るお正月飾り 子どもが喜ぶ折り紙ポチ袋	333円		333円	

書店名		番線印★		搬入希望日	
ご担当者様		電話			
備考				保留（可・不可）	
月号	大特集	サブ特集	通常サイズ (本体価格/冊数)	Sサイズ※付録なし (本体価格/冊数)	
1111217011	2017年 1/17号 2冊でおトク！ 年末特別号 付録：好評の 「家族みんなのおかずおつまみ」	オレベ大ヒットメニュー2016/市販の餃子、衝撃アレンジ10 ご当地おやつ、「バターもち」/幸運を呼び込むそうじ&片づけ風水 2017年前半の運勢がわかる鏡リュウジさんの星占い 【いただきます！】三重	417円		333円
1111217012	2017年 2/2号 がまんいらずの 食べてやせるスペシャル！ 付録：好評の 「やせる！たれと作り置き」	肉は「蒸す」なら食べていい！/「もち麦」でおなかを勝手にやせる！ 極うまデトックス鍋/おからでレンジ蒸しパン 乳酸菌キャベツ/ラクチン甘酒ダイエット/糖と脂肪に「食前あずき茶」が効く！ 【いただきます！】沖縄	417円	品切	333円
1111217021	2017年 2/17号 バレンタイン スペシャル	生チョコブラウニー/小学生も作れる「友チョコクッキー」 フランス発の断層ケーキ「ガトー・インビジブル」 ひき肉×豆腐のレパートリー革命！/ペーパータオルとポリ袋のすごワザ50 【いただきます！】別府	333円		333円
1111217022	2017年 3/2号 さめてもしっとり！ 肉おかずの「作り置き」	必ず貯まる「ゆる家計術」/「モザイクずし」が今おしゃれ。 豆苗クラブへようこそ！/天板いっぱい！でかクッキー 肩こり、腰痛に効く「ヒモトレ」 【いただきます！】浅草	333円		333円
1111217031	2017年 3/17号 キャベツで極うまおかず	「菱田屋」のから揚げを習う！/「水大さじ3」で野菜はゆでられる。 「濃い」いちごジャム/すのこで収納ラックを作ろう！/「目筋トレ」 【いただきます！】京都	333円		333円
1111217032	2017年 4/2号 〈神だれ〉で！ 目分量でも必ずうまい 肉おかず	献立・下ごしらえ・後片づけはもっとラクになる！/もちもちスパゲティ めしとも☆「血チン」副菜/「袋」ひとつで豆腐ドーナツ 【いただきます！】鎌倉	333円		333円
1111217041	2017年 4/17号 ふわとろ♪ 卵スペシャル	1新着オムライス 2五十嵐美幸さん流卵炒め 3スクランブル卵焼き 藤井恵さんが毎年作る春野菜レシピ/超てりてり照り焼きチキン シミをつくらない正解スキんケア/「出しっぱ」がなくなる魔法のしまい方 【いただきます！】淡路島	333円		333円
1111217042	2017年 5/2・17 合併号 一冊まるごと 春のパン&スイーツ スペシャル！ 付録：チーズケーキの本	ふんわりキューブパン、バットパン/恋する♡まっしろロールケーキ だし巻きサンド、卵サラダサンド/フライパンでミルクチーズパン レモンケーキと、レモンタルト。/話題の「クリームわらび大福」 とことんトースト/とびきりかわいい！「お花」デコ/おもしろローカルパン大集合！	454円	品切	454円
1111217051	2017年 5/29 増刊号 子どもと 「おいしい」を楽しもう！ スペシャル	ホットプレートで大歓声レシピ☆/夢の♡お菓子のおうち 藤井恵さんちの「魔法のたれ」登場！/ねじねじおにぎり、ふりふりおにぎり かわいい！キッズサラダ/豆乳カスタードと米粉スポンジ 苦手野菜のイメチェン大作戦！/牛乳わくわく実験室	333円		333円
1111217052	2017年 6/2号 一冊まるごと、めんどくさい 作り置きスペシャル	レンチン1回で食卓へ！「味つけ冷凍肉」/ミートソース、肉みそ、そぼろ、キーマ。 常備菜は、野菜ひとつで。/「焼き」南蛮漬け、「ゆで」南蛮漬け。 作り置き達人nozomiさんの保存容器づかい/図解でわかる「作り置き」衛生術 【いただきます！】広島 宮島	333円	品切	333円
1111217061	2017年 6/17号 夏野菜たっぷり スペシャル！ 付録：「味」で選べる なすレシピ100	一日に必要な野菜の半分がとれるひと皿めし！/めんどくさい肉詰め・肉巻き ワタナベマキさんの「ひたしトマト」/「モロヘイヤ小鉢」のすすめ。 話題の枝豆スイーツ/〈ついで予防〉で今年はカビを生やさない！ 梅雨どき「おブス髪」解消！ 【いただきます！】仙台	333円		333円
1111217062	2017年 7/2号 創刊32周年ありがとう特大号 「ラクやせ」スペシャル！ 【2大特別付録】 ①カロリーOFFして好きなもの 「食べていい」ゆるやせレシピ ②「ゆる糖質オフ」BOOK	衝撃！豆腐が肉になった。/「やせる冷蔵庫」に今すぐチェンジ！ つぶつぶ酢しょうが&レモン酢/セイヤをとるなら「蒸し大豆」 話題のやせマッサージをやってみた 連載リニューアル【いってきます！】 函館 新連載【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 ふわふわジャンボハンバーグ 新連載【天板でおやつ、ボールでおやつ】 ブルーベリーの天板バナナケーキ	463円		333円
1111217071	2017年 7/17号 鶏か！？豚か！？ 肉つまみ対決！	夏の炊き込みごはん/話題のアイス「ヨーグルトバーグ」 体と心が「シャキーン」とするヨガ/鏡リュウジさんの星占い 話題のやせマッサージをやってみた 【いってきます！】 南紀白浜 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 ひとロステーキ風 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 黄桃とチーズのボール蒸しパン	333円		333円
1111217072	2017年 8/2号 家族で夏をEnjoy!スペシャル 夏がもっと楽しくなる 10のこと。	帰ってから10分！肉のつけ丼/冷ぶっかけと温あえ30 ほぼ3分♪トマサラ&レタサラ/「市販のから揚げ」は野菜といっしょに！ 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 ごろごろチャーシューの「ほほ肉」餃子 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 レモンとヨーグルトのふるるんゼリー	333円		333円
1111217081	2017年 8/17号 なす、トマト、きゅうり おいしく「一気に」 大量消費！	藤井恵さんが毎年作る夏野菜レシピ/夏の「おうち臭」を一掃せよ！ もう家族にイライラしない！/【いってきます！】 安曇野 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 「しようごころも」から揚げ 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 塗って食べるいちごのレアチーズケーキ	333円		333円
1111217082	2017年 9/2号 ニッポンのうまいもん スペシャル (美容)付録：誰かにおすすめしたく なる実力派アイテム	ご当地「豚料理」Boo-1グランプリ/本日開催！お好み焼き祭り レトロおいしい、寒天おやつ/全国のご自慢調味料、集めました！ ワクワクする駅弁の話/おいしくて体にやさしい。甘酒のすすめ とっておき！ローカルアイス 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 粗刻み肉の麻婆豆腐 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 パイン&キウイのドームアイスケーキ	333円		333円
1111217091	2017年 9/17号 お悩み解決！スイスイ お弁当スペシャル 付録：Lotta x オレンジページ 北欧柄の保冷トート	大好き肉おかずが「冷食」に！/「とろみだれ」で速攻肉炒め 赤と緑の作り置き副菜30/藤井恵さんの(主役級)卵焼き 「おいしそう！」なお弁当の詰め方/さめてもほぐれる「麺弁」 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 カラメル照り焼きチキン 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 割って食べる食パンフロランタン	537円		333円
1111217092	2017年 10/2号 野菜ひとつで、 おニューな肉巻き	心が軽くなる家事/フライパンで「お魚ステーキ」 スイートチーズクッキー/ほぼ70分！フライパンちぎりパン 「蒸しタオル」で大人のくすみケア/小田切流スキんケアで「老け顔ライン」撃退！ 【いってきます！】 新潟 弥彦 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 極厚げんこつとんカツ 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 クリームサンドのキャロットケーキ	352円		352円
1111217101	2017年 10/17号 秋の野菜 たっぷりスペシャル！	4つの食感でれんこんにぞっこん！/野菜の栄養がむだなくとれる食べ方 おめかし(温)サラダ/便利すぎ！「冷凍きのこミックス」 「揚げない」大学いも/濃厚「ティーラテ」をおうちで。 【いってきます！】 立山黒部 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 こくまチーズ回鍋肉 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 Bigな濃厚かぼちゃプリン	352円		352円
1111217102	2017年 11/2号 秋の一冊まるごと パン&スイーツ スペシャル 付録：食パン本気で変身BOOK	はじめまして、「パンビー」です。/こねないパン、「ポリパン」！ ホイップパウンドケーキ/ホットケーキMIXの生地、大研究 「卵焼き器」で本格ケーキができた！/今、人気！魅惑の高級食パン 【いってきます！】 山形 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 ぷりっとBIGつくね 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 割りクッキーのペイクドチーズケーキ	417円	品切	352円

書店名		番線印★	搬入希望日			
ご担当者様		電話				
備考			保留（可・不可）			
月号	大特集	サブ特集	通常サイズ (本体価格/冊数)		Sサイズ※付録なし (本体価格/冊数)	
1111217111 2017年 11/17号	朝の5分仕込みで、 夜パパッと肉おかず 付録:①花ダイアリー2018 ②暮らしのいいものカタログ	この冬、「のど免疫」を上げる！／チキンサラダボール サンドガレットと、羽根つきガレット。／洋食キムラの煮込みハンバーグ 年末あせらない裏ワザ特集 【いってきます！】 横浜 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 ガツンと辛い豚キムチ 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 フレッシュりんごのオープンアップルパイ	444 円		444 円	※付録つき
1111217112 2017年 12/2号	大根1本、白菜1/2株、 使いきり総力特集！ 美容付録:すく“イモノ” グランプリ！	実録・年末の「捨てる」レッスン／豚こままで、「こまから」！ 「しょうがジャム」であったかドリンクを。／「風水手帳術」で運氣アップ！ ストップ！「隠れ睡眠不足」 【いってきます！】 京都 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 しみしみ厚切り肉じゃが 【天板でおやつ、ボールでおやつ】 割って食べるごまのショートブレッド	352 円		352 円	
1111217121 2017年 12/17号	人が集まる日は、 「鶏もも」が主役 付録:魅せサラダカレンダー2018	5分10分15分のパパッと大そうじ／皮パリローストチキン 柔らかローストビーフ いちごのリースタルト／ケンタッキーのビスケットをうちで！ 島田修平さんの手相占い 【いってきます！】 福井 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 柔らかバターしょうゆステーキ 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】クリスマス★ドームケーキ	417 円		417 円	※付録つき
1111217122 2018年 1/2号	好きなものを好きなだけ！ おせち新定番	柔らかチャーシュー、角煮／定番おせちは「少量食べきり」で。 「ロールずし」が今トレンド！／おせちと刺し身の「きちんと盛り」 決定！暮らしのヒット商品ランキング2017 水引のお祝い飾り／折り紙で犬を折ろう 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 お店みたいな黒酢豚 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】牛乳かんのみかんポンチ	352 円		352 円	
1111218011 2018年 1/17号	この冬の うまい鍋、全部！ 付録:①「野菜ひとつ」でおつまみ ②脳活パズル&体操BOOK	金運を呼ぶ！風水財術／新食感★ラザニア とろける生チョコ餅／今人気！キャラメルクリーム 鏡リュウジさんの星占い 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 味ししみ鶏すき煮 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】ナッツとバゲットのパンピング	463 円		463 円	※付録つき
1111218012 2018年 2/2号	お正月あけこそ 「デトックス」で体すっきり スペシャル！	夢の「ふえる肉」／新・やせ食材「高野豆腐」 藤井恵さんの「毎日、わかめを」／「糖質オフ麺」絶品極うまレシピ 話題の「干しぶどう酢」／「アボカドの種茶」が気になる！ 「パンパン顔」すっきりマッサージ 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかず】 しみしみ！甘辛肉豆腐 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】ごまビスケット台のスイートポテタルト	352 円		352 円	
1111218021 2018年 2/17号	<ソース>を楽しむ 絶品グラタン	おろししょうがの体ぽかぽかおかず／「乳酸菌活」はじめよう。 困ったときは、豆苗で。／今年のバレンタインはとろ〜り「フォンダンパウンド」 疲れとこりを防ぐ「ヒモトレ」／3000円投資のすすめ。 【いってきます！】 金沢 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかずスペシャル】 俺たちの夢の肉井 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】ブラックアウトケーキ	352 円		352 円	
1111218022 2018年 3/2号	今、注目の4人に聞いた わが家のテッパン！ 鶏おかず	かわいい「ブーケずし」を。／無印、ニトリの「魅せる」収納 大満足！フライパン蒸し／油揚げで、そそるもう一品 心に効く花セラピー 【いってきます！】 松本 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかずスペシャル】 たけのこ入りジャンボシューマイ 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】バウムロール	352 円		352 円	
1111218031 2018年 3/17号	新じゃが&新たまの おいしい方程式	「ゆるシルエット服」で着やせはかなう！／ふわてりっ！肉だんご 春のたけのこレッスン／フレッシュいちごジャム Ziploc/バッグが便利すぎ！／便秘のお悩み相談室 【いってきます！】 高知 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかずスペシャル】 豚バラびっしりカリカリ肉チヂミ 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】ヨーグルトティラミス	361 円		361 円	
1111218032 2018年 4/2号	繰り返し作りたい お弁当	<チオペン>特製お花見弁当／さめてもおいしいから揚げ きれいが続く魔法の洗濯術／もっと使おう、野田瑛瑠 知っておきたい「更年期」のこと 【いってきます！】 鎌倉 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかずスペシャル】 こくうま、ぷりぷり！豚にら炒め 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】角切りいちごゼリー	361 円		361 円	
1111218041 2018年 4/17号	料理家さんの ラクチン2品献立	もっと気軽に春巻きを。／あさりのおいしい食べ方 はちみつコンフィチュール／40代からは「血流」スキンケア 紫外線ケアの新常識 【いってきます！】 千葉 佐原 【きじまりゅうた/俺たちの肉おかずスペシャル】 ジューシー！鶏チリ炒め 【天板でおやつ、ボールでおやつスペシャル】パフェ風ポップオーバー	361 円		361 円	