

明日着るおしゃれ大特集号!!

順天堂大学医学部教授・  
小林弘幸先生監修

腸を整えれば  
必ずやせる!  
完全ガイド

ジンジャー

香里奈  
向井理  
SHIHO  
戸田恵梨香  
上地雄輔  
優木まおみ  
藤井リナ  
林遣都

メンレ  
特集

28.5才からの  
結婚できる法則

幸せな結婚のためのメンタルトレーニング

1分で、愛されスタイリング!

1万円台以内中心! ドッキング・ワンピ  
コレ買い!! カタログ

定番色を自分スタイルに着る方法

新しい女の  
白・黒・ベージュおしゃれ講座

あなたが着るべきCDを一発回答!!

明日着るコーデ  
キーワード検索図鑑

7

July 2012  
620yen  
GENTOSHA

作る! 食べる! 取り寄せる!  
女子カレー部の  
うまうまカレー絵巻

美容  
大特集

目覚めよ!  
眠れる美人力

肌・髪・ボディを磨きあげる夏の裏技美容を  
徹底ガイド! 美しく変身できるお宝ネタ満載!

女ウケも男ウケも両方大事。  
おしゃれな女の基準が変わった!!

新しい女スタイル  
全解説

- ♥ 新しい女の8つの鉄則とは?
- ♥ みんなが憧れる、新しい女のおしゃれ学
- ♥ なぜかおしゃれに見える魔法のテクニック
- ♥ 新しい女のワードローブ補強服
- ♥ 僕たちが考える新しい女とは?



「カレーって実は やせる食べ物なんです!」

みんな 知ってた?

カレーに含まれるスパイスには抗酸化作用があり、体を温める効果も。消化・代謝をサポートしてくれるので、まさに“食べるエクササイズ”です。体を冷やすだけでなくご飯を、具は脂肪燃焼成分のL-カルニチンが豊富な赤身の牛肉を選べば効果はさらに高まります。



ダイエットカウンセラー  
**伊達友美先生**  
東京「アオハレクリニック」に勤務し、これまで5,000人以上の減量指導を行う。ダイエットに関する著書も多数。

これをちょい足して もっとやせる!

**エゴマの油**

シソ科の植物の実から搾ったエゴマ油は、脂肪燃焼やアトピーに効果的なα-リノレン酸を豊富に含んでいます。カレーの上にとりつけるだけでOK。



毎日えごま油 (4g X30袋) ¥1,575  
/モニタージュセ  
レクション (http://www.mn-selection.jp/) 外食時にも便利な少量の使い切りパック。

**岩手県発!**

**「イカスミカレー」**

真っ黒なルーが特徴的。チョウザメの身とイカを使い、スパイシーな香りも食欲をそそる。



中村製菓  
岩手県釜石市錦子町  
5-7 ☎0193-22-062  
9 http://www.naka-munishi.co.jp/  
¥1000・200g

**山形県発!**

**「さくらんぼカレー」**

山形県産のさくらんぼ果実が入った甘くてまろやかなカレー。ルーも鮮やかなピンク色!



後藤製菓  
山形県東田原郡高島町大字一本柳 2519-3  
☎0120-52-3572  
http://www.gotoya.jp/  
¥630・200g

**青森県発!**

**「青森りんごカレー」**

果肉&ペースト、りんごはちみつりんご尽くし。甘みのなかに辛さもほんのりかいている。



ラグノ通販センター  
青森県弘前市大字福田 1-3-10  
☎0120-55-6300  
http://www.rng.com/  
¥367・210g

**北海道発!**

**「アザラシカレー」**

北海道産のアザラシ肉がゴロっと入った辛口カレー。ほかに豚カレー、えぞ鹿カレーもあり。



北海道米谷物産  
北海道札幌市東区南11丁目  
☎0120-24-7828  
http://www.takutaku.jp/godai/kekkojya/  
¥1050・410g

**宮城県発!**

**「牛たんカレー」**

地元の名物、牛たんをたっぷり煮込んだカレー。スパイシーな特製ルーも美味しい。



利久  
宮城県岩沼市吹上 2-2-36-1 ☎0120-04-7910 http://www.rkyu-gyutan.co.jp/  
¥945・300g

**埼玉県発!**

**「源流花園黒豚カレー」**

まろやかな食感、ほのかな甘みを持つ花園黒豚を使用。ルーもほどよくスパイシー。



三益伊勢丹フードサービス  
東京都中央区豊洲4-3-15  
☎0120-25-4547  
¥399・200g

**群馬県発!**

**「赤城牛ビーフカレー」**

名産・赤城牛をじっくり煮込んだカレー。ルーも濃厚。甘口、中辛、辛口の3種類がある。



鳥山畜産食品  
群馬県渋川市渋川 1137-12  
☎0279-24-1147  
http://www.zakagibei.jp/  
¥430・200g

**栃木県発!**

**「百年ライスカレー (チキン&マッシュルーム)」**

明治時代のレシピを忠実に再現。別々の瓶に入ったカレーソースと具を混ぜて食べる。



日全食品A-F Factory  
栃木県日光市上井石町1-100  
☎0288-54-0001  
http://www.kanaya.orst.co.jp/  
¥840・220g

**茨城県発!**

**「常陸牛ビーフカレー」**

最高級の常陸牛がたっぷり。県産の食材で煮込み、化学調味料も不使用という高級品!



磯山商事  
茨城県鉾田市安房 199-2 ☎0291-32-3415  
http://www.isoyama-shoji.co.jp/  
¥2,100・250g

**福島県発!**

**「さわやかトマトカレー」**

福島の地産、川俣シャモクの肉団子とチリトマト入り。トマトの酸味がクセになる味。



川俣町農業振興公社  
福島県伊達郡川俣町小原木字湯吹地 8 ☎024-599-5360 http://www.kawakatsuda-farm.com/  
¥525・200g

**富山県発!**

**「ほたるいかカレー」**

ほたるかが丸ごと入ったカレー。スパイシーなルーに海の幸の旨みをたっぷり凝縮。



北部  
福井県福井市花堂東 1-5-22  
☎0776-36-0776  
¥630・220g

**新潟県発!**

**「五十六カレー (越後舞茸入り)」**

長岡出身の山本五十六元帥にちなんだカレー。旧海軍の味をベースに香りもスパイシー。



ネタルニューオーターニ長岡1期カマアビルA 新潟県長岡市南2-8-35 ☎0258-37-2101 http://www.rng.okanewatank.co.jp/  
¥525・220g

**神奈川県発!**

**「よこすか海軍カレー」**

明治時代にイギリスから日本海軍に伝わったカレーを忠実に再現。元祖カレーの味。



横浜海軍カレー本舗  
神奈川県横浜賀賀市若松町 1-11-8 YY ポート横浜須賀 ☎046-829-1221  
http://yokosuka-curry.com/  
¥450・200g

**東京都発!**

**「明日葉入り東京カレー」**

スパイス&ハーブ約50種をキトサンをベースに、明日葉を加えた。マイルドで食べやすい。



日本製菓  
埼玉県板橋市中富町 50-11 ☎049-280-4511 http://www.nishinoya-kumico.jp/  
¥477・200g

**千葉県発!**

**「房総ポークカレー」**

千葉生まれの房総ポークを使用。スパイスやチャツネなどソースにもこだわったたっぷり。



三益伊勢丹フードサービス  
東京都中央区豊洲町 3-16  
☎0120-25-4547  
http://www.3m-food.co.jp/  
¥315・200g

**岐阜県発!**

**「群上八幡 美味礼賛 ポークカレー & ビーフカレー」**

美味ポークを使ったフルティなポークカレーと、飛騨牛入りの本格ビーフカレー。



カフェレスト アルビース  
岐阜県岐阜市八幡町五丁目 1-2-13 ☎0575-671546 http://www.cafelorest.jp/~gokami/  
¥1200・500g

**長野県発!**

**「はくばの豚カレー」**

柔らかくコクのある白馬産の豚肉を使ったカレー。やや甘めのまろやかなルーが美味しい。



白馬村観光局  
長野県北安曇郡白馬村大字北城 3476 ☎0261-72-7100 http://www.wilhekuubanagan.jp/  
¥450・220g

**山梨県発!**

**「ハケ岳高原 ホワイトカレー」**

ハケ岳高原の牛乳を使用した白いルー。マイルドな甘みのあとに来る辛さがクセになる味。



ワイエムカンパニー  
山梨県中央市山之神流通団地 3-8-5 ☎055-278-5085  
¥420・200g

**福井県発!**

**「さばカレー」**

地元特産の鯖魚を使用し、野菜や果物を長時間煮込んだ深みのある本格カレー。中辛。

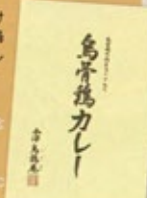


ホテルアーバンポート四季彩の館 花博  
福井県小浜市小浜白鳥 72-1 ☎0770-53-2001  
http://www.urban-port.jp/  
¥700・200g

**石川県発!**

**「烏骨鶏カレー」**

たくさん入った肉だけでなく、スープにも烏骨鶏のガラ肉を使用した深い味わいが魅力。



全澤島鶏肉  
石川県金沢市西金4-22  
☎0120-45-5405  
http://www.kokoro.co.jp/  
¥798・200g

47通りの味!

おうち女子会でも盛り上がること間違いなし!

**お取り寄せ可能なご当地カレー**

お店や家庭が“ウチの味”を持っているように、全国47都道府県にもそれぞれ“らしさ”たっぷりのご当地カレーが存在するんです! 編集部ですべて試食してピックアップした各県のイチオシをご紹介します。気になるモノから早速お取り寄せして、ぜひ食べ比べてみて。