



新刊話題書・人文書(歴史・哲学・食べ物) ご担当者様 お世話になっております。
ハンカチーフ・ブックスより新刊のご案内になります。

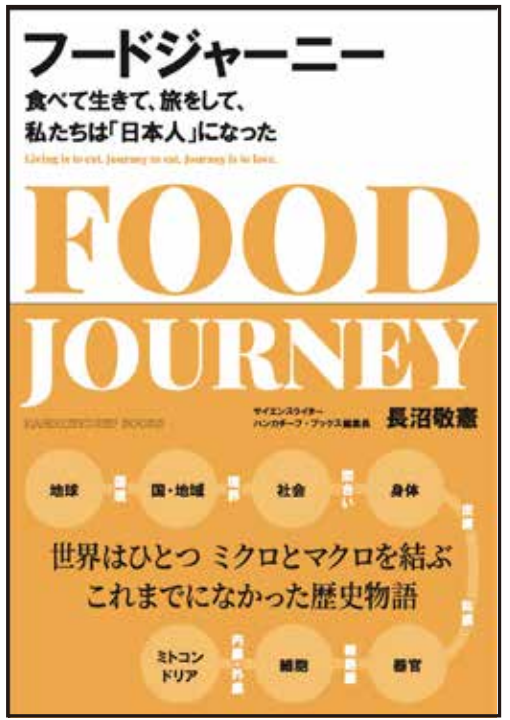
フードジャーニー

食べて生きて、旅をして、
私たちは「日本人」になった

12/10 発売

■著者:長沼敬憲 ■定価:2000円+税 ■ISBN:978-4-8014-9859-4 (C0021)
 ■体裁:四六判/並製 320ページ(予定)/束 2.1cm
 ■発行:ハンカチーフ・ブックス(株式会社サンダーアールラボ) ■発売:サンクチュアリ出版

「縄文」「コメ」「発酵」
 生き方の次元を変えよう。



世界はひとつ ミクロとマクロを結ぶ これまでになかった歴史物語!

目次

- #1 食べるために生きてきた
- #2 植物と再会した人たち
- #3 和と太陽の国
- #4 聖なるコメの話
- #5 肉の文化、大豆の文化
- #6 発酵する世界へ

読むだけで、思わず旅に出たくなる一冊。
 他に類を見ないユニークな視点!
 世界の見方がガラリと変わります!

新刊 12/10 発売予定	番線印	フードジャーニー 食べて生きて、旅をして、私たちは「日本人」になった		12月10日 発売予定
	条件: 新刊委託	著者:長沼敬憲 定価:2000円+税 ISBN:978-4-8014-9859-4 (C0021) 体裁:四六判/並製 312ページ(予定)/束 2.1cm 発行:ハンカチーフ・ブックス(株式会社サンダーアールラボ) 発売:サンクチュアリ出版		新刊委託締切 11月16日 <small>※発売後の出荷は注文扱いとなります。</small>
ご注文数		ご担当者様名		様
		冊		

サンクチュアリ出版 注文受付 FAX **050-3606-4734** FAXの配信停止は左のFAX番号までご連絡下さい。
 (お手続きには、1週間程度お時間を) 頂戴する場合がございます。 2020/10

旅は歴史や地理にととどまらず、身体の働きともリンクします。食べ物からエネルギーを生み出す代謝、そこに関与する免疫、腸内細菌の働きも生命の旅の一部。「わたし」という存在の内と外を行き来しながら、これまでになかった旅の地図を描いていきたい。（「まえがき」より）

この本は、人間にとって生きるための基本的な活動である「食」を通して、人間そのもの、**共生**について、**歴史、文化、微生物**など様々な視点から捉えている。

加藤裕之（東京大学工学系研究科 特任准教授）

『フードジャーニー』は私たちに古くからかけられていた魔法を「歴史的」にも「科学的」にも明晰な文体で、**細胞レベルから解くこと**のできる画期的な一冊となっている。

井島健至（カメラマン）

Food Journeyでは、歴史的な観点（縦方向のネットワーク）からも**ヒトと自然の成り立ち**について考察しています。私も長沼氏の**夢の旅行**にご一緒させていただいた読者として、「楽しい旅だ」という感想を皆さんにお伝えしたいと思います。

佐古田 三郎（医師、大阪大学名誉教授）

『フードジャーニー』では様々な切り口から、**身体や生命の本質**、長い歴史の中で脈々と息づくストーリーに触れていきます。長沼さんの静かなまなざしが感じられる一冊。**身体や生命のはたらきが目覚める**きっかけになるかもしれません。

大谷健（百姓見習い）

著者はこんな人！

長沼敬憲

（ながぬま たかのり）



山梨県生まれ。作家。出版プロデューサー。セルフメンテナンス・食事プログラム開発者。30代より医療・健康・食・生命科学・歴史などの分野の取材を開始、書籍の企画・編集に取り組む。著書に『腸脳力』『ゆるむ！最強のセルフメンテナンス』『ミトコンドリア“腸”健康法』など。エディターとして、累計50万部に及ぶ「骨ストレッチ」シリーズをプロデュース。国内外の歴史・風土を取材するかたわら、活動拠点である三浦半島・葉山にてハンカチーフ・ブックスを運営、編集長を務める。

健康本で語られている身体の内側の仕組みと、その外側にあるヒトの歴史、地理、風土を、丸ごと一冊の本に凝縮させました。「これまで何を食べ、どう生きてきたか」、この事実を通し「これからどう生きるか」が見えてきます。