

人気料理僧

# 飯沼康祐 5年ぶり待望の最新刊が

## 遂に発売!!

心と体を調える

### 四季のカジュアル精進料理

神奈川県 福昌寺住職 飯沼康祐著

本体価格1700円+税

徳間書店刊

大ヒット御礼!

心と体を調える

四季のカジュアル

### 精進料理



神奈川県 福昌寺  
住職 飯沼康祐

徳間書店

ていねいな暮らしは  
シンプルな食事から始まる

人気料理僧の  
最新作  
「滋味豊潤」な

65品

徳間書店にて

## 出版記念イベント開催決定!!

2026年2月28日 (土)

午後3時~4時30分 (開場午後2時30分)

場所: 目黒セントラルスクエア 6F

東京都品川区上大崎3丁目1-1



※イベント詳細は「福昌寺」  
HPで確認を!

HP:<https://fukushouji.net/>



1982年生まれ。天台宗福昌寺住職。19歳の夏に比叡山延暦寺で出家得度。大正大学在学中に食を通じた布教を志す。卒業後、都内飲食店で料理修業をしながら調理師免許取得。現在お寺を中心に各地で精進料理会を開催し、幅広い世代に仏教を伝える活動を行っている。著書に『簡単!お寺ご飯 心もカラダもきれいになる』シリーズ(徳間書店)、『Zen Vegan Food』(TUTTLE)がある。