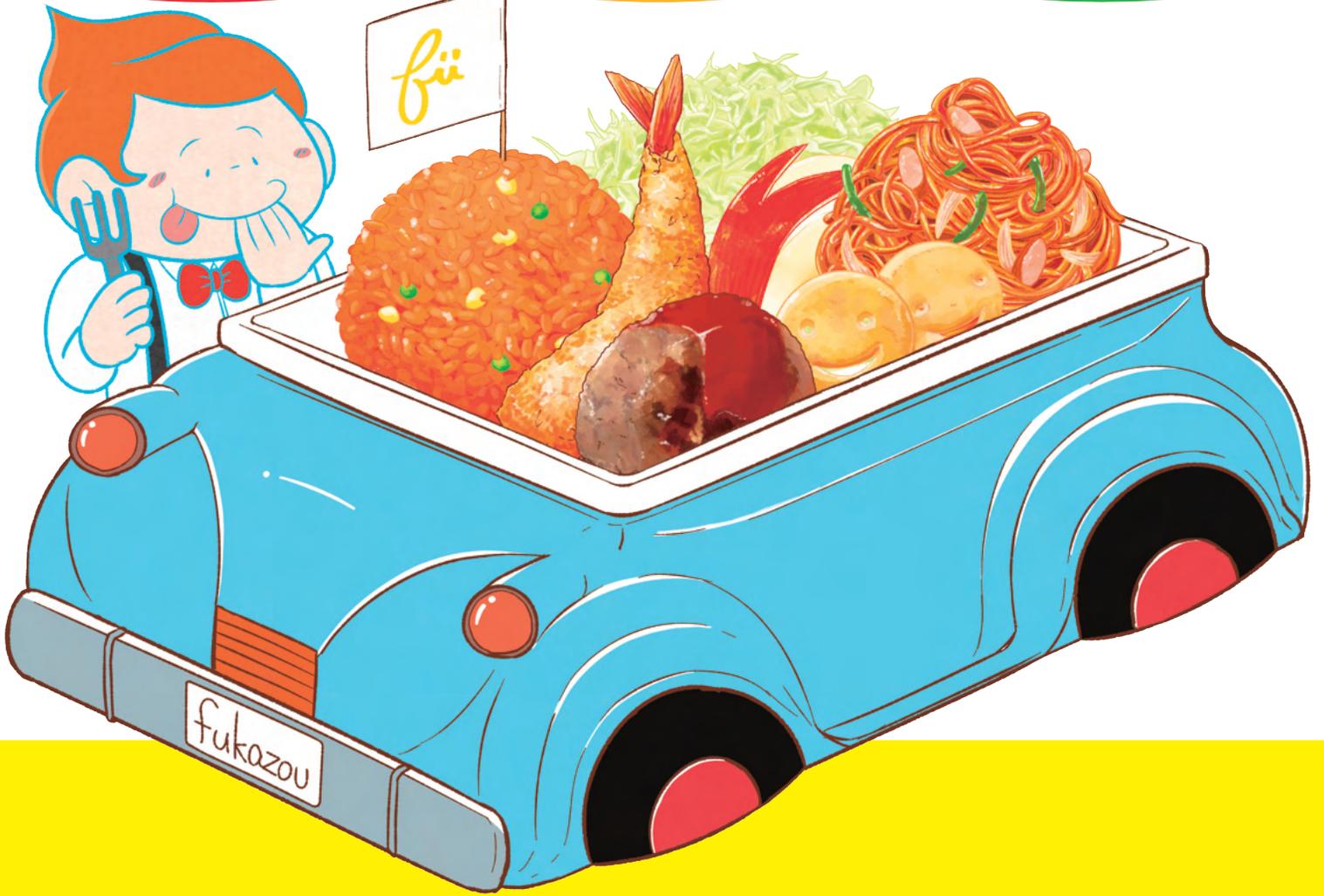


食育

食しポ

ししぴ



漫画家/イラストレーター
深蔵

✉ contact@fukazone.com

🏠 <https://fukazone.com>

🔍 ふかぞう



イラストレーター
深蔵

プロフィール



漫画家/イラストレーター

ふかぞう
深 蔵

埼玉県在住のイラストレーター・漫画家。2015年にフリーランスとして独立後、ルポ漫画やコミックエッセイ、学習まんがを中心に活動。食に対する探究心からフードコーディネーター、薬膳コーディネーターの資格を取得。デフォルメしたコミカルなイラストとシズル感のあるフードイラストが得意。

contact@fukazone.com

<https://fukazone.com>

[ふかぞう](#)

著書

ラーメンおいしくできるかな？



インスタント袋麺を劇的にアレンジするレシピ紹介コミックエッセイ。全品包丁まな板いらずのお手軽レシピ。

株で調子に乗って失敗しました



株初心者が調子に乗ったらこうなった！フリーランスになった際の不安定な収入に不安を覚えて株に手を出した筆者の末路を描いた作品。

連載等



パンメーカーのコムギくんパンメーカーで働く主人公の奮闘記。めちゃコミックにて3話集中連載のオリジナル漫画。



地元民に愛されグルメ各都道府県の名物グルメを食べ歩くコミックエッセイ。俺流！絶品めし（ぶんか社）にて隔月連載。



深蔵の気ままなグルメ旅旅先のグルメを描くコミックエッセイ。SUPERナンプレポータブル（インテルフイン）にて隔月連載。



コミュ障な主人公が外食に挑むオリジナル漫画。本当にあった笑える話SP（ぶんか社）にて3話集中連載。

食育

食育インストラクターの資格を保有しており、食べる楽しさや大切さをイラスト・漫画を通じて伝えています。例えば箸の持ち方をイラストで解説したり、食品の栄養素や食べる大切さを漫画を通じて伝える等、子供から大人まで楽しみながら食を学べる取り組みを行っております。その他、酪農や工場の生産ライン等を取材を含めイラスト・漫画でわかりやすく解説することも可能です。

食レポ

実際に食べた料理や商品をイラストルポやコミックエッセイ形式で紹介します。企業様のサイトやパンフレットはもちろん、SNSでの発信もお手伝いさせていただきます。基本的に好き嫌いはないので、どんな料理でも美味しくいただきます。また、遠方への取材同行等も可能なので、全国各地のご当地グルメやそこでしか食べられない料理の対応も可能です。

レシピ

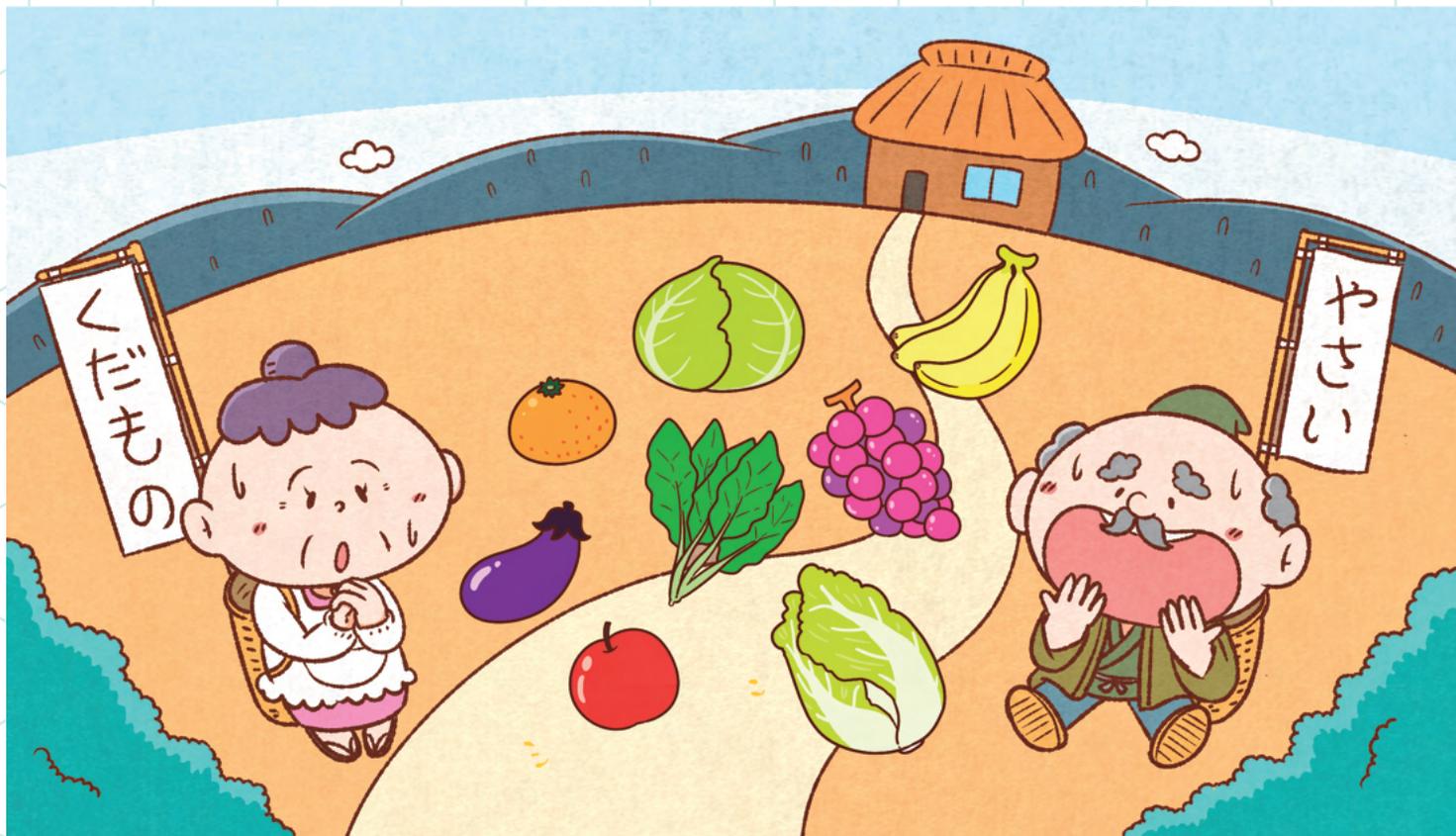
レシピの調理手順をイラストや漫画で解説します。また、フードコーディネーターの資格も保有しており、オリジナルレシピの開発やアレンジレシピ等、レシピ自体の作成も対応可能です。特定の調味料や食材を使用して欲しい、苦手を克服できるレシピを開発してほしいといった要望にも対応可能です。簡易的な写真でよろしければ写真撮影も対応いたします。

イラスト

フードイラストはもちろん、子ども向けのイラストやくすっと笑えるデフォルメタッチのイラストも得意です。児童書や学習まんがを中心に依頼をいただいております。

食レポ以外のルポ漫画やコミックエッセイ等も対応可能です。PR漫画やオリジナル漫画等幅広く活動しております。





■ 食育絵本
野菜と果物の違いを絵本を通じて学べるオリジナル絵本。

食育
インストラクターの
資格保有

こんなことができます

- ☑ 食事のマナーをイラストで解説
- ☑ 食の知識を漫画で解説
- ☑ 食関連キャラクターの作成
- ☑ 行事食イラスト作成
- ☑ こども向けイラストの作成



ラーメン
おいしい



柿とマスカルポーネのドルチェ

名前の通り柿とマスカルポーネチーズを合わせたひんやりデザート。
黒胡椒がアクセント。

デザートはこれで
決まりっ!!

店舗 & 季節限定
デザートを堪能!

チーズ&チップス

蜜漬けにしたさつまいもをパリッと揚げて、だし入りのクリームチーズと組み合わせた逸品。
甘じょっぱくて手が止まらないっ!

六花亭

札幌本店

宮の沢駅

地下鉄 東西線

新さっぽろ駅
新札幌駅

JR

札幌駅

徒歩 約5分

六花亭
札幌本店

花木園やクラーク博士の銅像もあり、大学でありながら観光地としても楽しめる。

また、大学内にある北大マルシェは軽食からデザートまで沢山のメニューがある。

大学は広く、隅から隅まで散策しようとするとも1日では足りないくらい。

オリジナルグッズを扱うショップや重要文化財の札幌農学校農場も。もちろん学食も美味しいのでお腹に余裕があれば是非!



食後は
北海道大学を
散策!

六花亭
札幌本店

徒歩 約13分

北海道大学

■ 食べ歩き旅行漫画

デブ旅シリーズとしてコミティア等のイベントで販売している同人誌。
ご当地グルメをとことん満喫する旅行記。



こんなことができます

- ☑ 漫画・イラストでのルポ
- ☑ 同行取材 / 単独取材
- ☑ 写真とイラストの組み合わせ
- ☑ 原作ありの体験記の漫画化
- ☑ 商品レビュー

おいしく食べて
おいしく描きます!



☎ 090-9914-7115 ✉ contact@fukazone.com

ふかぞう 🔍



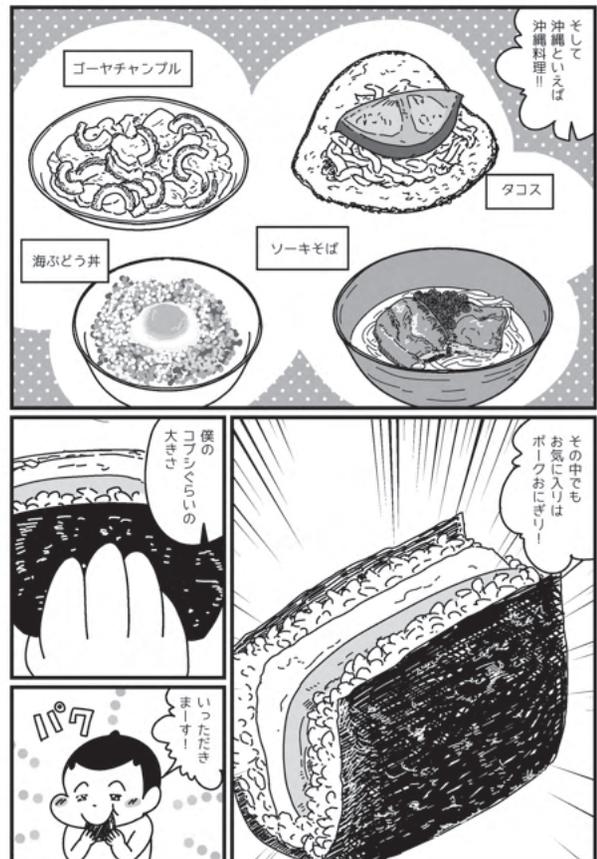
■ みんなのごはん(ぐるなび)
イラストと写真を組み合わせたブログ形式の
食べ歩きルポ。



■ 100日間コンビニ弁当を食べてみた(マキノ出版)
月間健康情報誌『安心』5月号「コンビニ食との付き合い方」内で掲載。
進撃のグルメ様の体験記を漫画化。



■ 深蔵の気ままなグルメ旅(インテルフィン)
自らのグルメ旅行を漫画化した旅行記。隔月連載中。



■ラーメンおいしくできるかな？

(イースト・プレス)

インスタント袋麺のアレンジレシピを紹介するコミックエッセイ。

冷汁風ラーメン



材料

- ① 粉末スープタイプの袋麺(味噌味).....1袋
- ② きゅうり.....1本
- ③ ツナ缶.....1缶
- ④ 大葉.....5枚
- ⑤ ゴマ.....たくさん
- ⑥ 水.....たくさん

作り方

- ① 水300mlを沸かして麺をゆでる。
- ② ツナ缶の油を切っておく。
- ③ 麺をゆでたら流水にさらして冷やす。
- ④ 麺のゆで汁に付属の粉末スープと水を入れて、冷たいスープを作る。
- ⑤ 器に麺とスープを移して、ツナを乗せ、きゅうりをスライスして乗せる。
- ⑥ 大葉をハサミで切ってもらし、ゴマをたくさんかけて完成。

ひょうがとのせても
美味しいよ

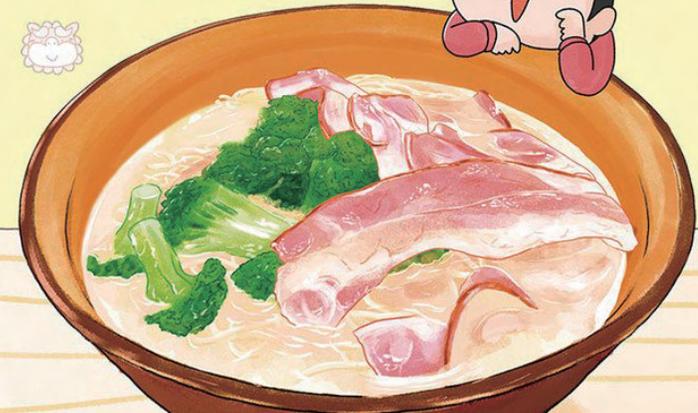


39

ラーメン おいしく できるかな？

“袋麺”を
劇的にアレンジ
するよ!

深
蔵



みんな大好き
“袋麺”を、
簡単に！
劇的に！
おいしく！

即席!
ビフォー
アフター

イースト・プレス

作ろう!

ひんやりアイス 15分

材料 (1ばい分)

- 牛乳.....100mL
- 餅菓.....1個分
- 練乳.....大さじ1
- パニタエッセンス.....少々
- 氷(できれば細かいラッシュアイス).....2カップ
- 塩.....大さじ4

道具

- ボウル □ あわだて器 □ めれおきん
- 食品保存用ビニール袋(チャックつき、大・小各1枚)
- レジ袋 □ 太めのひも

作り方



1 ボウルに牛乳、餅菓、練乳、パニタエッセンスを入れて、あわだて器でよく混ぜる。



2 ①を小さめのビニール袋に入れて、空気をぬきながらチャックをしっかり閉じる。



3 大きめのビニール袋に氷と塩を入れ、いったんチャックをしっかり閉じ、大きく揺ってよく混ぜる。



4 ③の袋のチャックを開いて②を入れる。空気をぬきながら、大きい袋のチャックをしっかり閉じる。



5 レジ袋に④を入れて、レジ袋の持ち手にひもを通す。輪っかになるように結び、ドアノブにひもを引っかける。



6 袋を手で握って、ひもをできるだけねじったら、ひもを少し持ち上げる。ドアにぶつからないように袋を回転させる。

こぶるよ!

これ2〜3回
OKです。

こんなことができます

- ✓ 漫画・イラストでのレシピ紹介
- ✓ レシピ手順のイラスト化
- ✓ オリジナルレシピ開発
- ✓ アレンジレシピ作成
- ✓ 簡易的な写真撮影

■こおる・わかる ひんやりスイーツ

おいしい!ふしぎ!理科実験スイーツ (金の星社)

090-9914-7115 contact@fukazone.com

ふかぞう

