

特許取得・最高級脱毛マシンによる 田辺初! イオン導入しながら「美脱毛」

> 美肌 | 美白 | 引き締め | 鎮静 | 保湿 | それぞれの効果がその場で実感

●脱毛料金(丁寧にカウンセリングします)

…1.100円~ ···16.500円~ …5.500円 ヒゲ …3.300円 上半身 …11.000円 V·I·O ···6,600円 下半身 …7,700円 ・介護されることを考えて(50歳~) 介護脱毛 …5,500円

リラクゼーションサロン**「ルリエ**」

田辺市新庄町1717-9(パンのカワを入ったところ) 10:00~(要相談)/不定休

1080-1177-2419 予約優先 ルリエ 田辺 Q





●その都度払い だから通いやすい ●高校生の私なら









整理収納アドバイザー2級認定講座

4/12.19.

10:00~16:00

場所:tenabe en+(タナベエンプラス)

▼子育て中の方には2日間に分けた受講も!

4/270 • 280

10:00~12:00 10:00~13:00 場所:Re-barrack(リバラック)

飲食店様向け!/

HACCP改善整理講座

4/20 14:00~16:00

HACCP講座の問合せは 田辺エンプラス Q



受講者:田辺市 Hさん

一言で言うと、人生が変わりました。なんとな く苦手に感じていた"片付け"。いざ学んでみ ると目から鱗な事ばかりで、本来整理収納は 楽しい事なんだと気づかせてもらいました。

受講者:用辺市 Nさん

家族に対する言葉掛けまで変わったことで 生活が一変しました。買い物をする時に ちょっと考えるクセがつき、不要なモノがな くなりました。"一日一捨"を心がけています。



受講者:田辺市 居酒屋「膳」 稲垣さん

衛生管理は十分できてると思っていました が客観的に見ていろんな改善点がわかりま した。具体例もありとても分かりやすかった です。従業員も一緒に絶対受けるべき!!



榎本 けいこ

ハウスキーピング協会認定 整理収納アドバイザー2級認定講師 整理収納アドバイザー1級 整理収納教育士 HACCP改善整理コンサルタント

お問い合わせはLINE、 またはインスタのDMで





家族葬から社葬まで お供養のなかた

セレモニーホールなかた 田辺市上の山1-10-5 、0739-25-4444

文里一刻館 / 下万呂一刻館 みなべ 一刻館 / 中田公益社(自浜) https://cere.jp



次回 2021年 5月1日 発行

「'olu 'olu cafe | -田辺市-



「日替わりランチ(880円)」鶏もも 肉と野菜の黒酢あんかけ/焼き大 根田楽(米麹の白みそ)/かぼちゃ のトフマヨがけ(豆腐で作るマヨ ネーズ)/小松菜の醤油麹和え/人 参とレンコンのゴマくるみ炒め(ビ タミンEとアンチエイジング)







コーヒーゼリー

内

か

オルオル カフェ ランチは11:00~14:00

田辺市南新町134 **C**090-6914-7109 **11:00~17:00** 体 月曜·火曜 (不定休あり)

油・グレープシードオイルなどで調理しています。免疫力をアップさせながら腸を 元気にさせるランチやデザートは、それはそれは美味しくて、毎日でも食べたくな ります。

「身体は食べるものでできている」よく言われることですね。わかってはいるけれど

中々ねぇ…そんな方にオススメのカフェランチがあります。陽活メニューのランチ

が食べられる「オルオルカフェ」。オーナーのかおるさんは、お子さんのアトピーを 毎日の食べ物で治した経験から「腸内環境を整えることが一番。幸福ホルモンと

言われるセロトニンは腸で合成されるんです」と、白砂糖・小麦・サラダ油などは一

切使わず米粉・片栗粉・麹各種・メープル・アガベシロップ・てんさい糖・米油・ごま

「cuore | -田辺市-

田辺初の酵素ドリンクのお店が「cuore」です。人間に必要なミ ネラルを気軽に美味しく摂れるようにと昨年オープン。季節の 果物を甜菜糖とミネラルで2・3ヶ月かけて発酵させたドリンク は、おいしい上に身体のすみずみまで浄化されていくような感 覚になります。炭酸で割る酵素ソーダも人気で、3月からそこに 甘酒を加えたメニューも登場。どこまで健康的やねん、なメ ニューがこれからも増えていきそうな予感です。身体をキレイ にするビタミンとミネラルをたっぷり補給して、毎日を元気に。









田辺市秋津町166-14 **1**3:30∼18:00(L.O 17:00) ※夏季平日は7:30~9:00/13:30~18:00 体不定体 (詳しくはinstagramをチェック)









☎ 金・土・月曜 13:00~16:00 ■info@bloomandberry.com www.bloomandberry.com ※来店の際は直前でもいいので



赤松 としみ さん

2011年、アロマテラピーを学び エネルギーの高い材料を探す ためアメリカへ行き材料を厳選 、, からだと心に響くアロマソー プづくりをスタート。2016年、海 南市に小さなラボを作りここで 研究しレシピを作り、ニューヨー クのラボですべて手作業で石鹸 を作っています。



ブルーム&ベリーの石鹸は100%植物性。様々な効能を持つ植物オイル と、アロマテラピーの考えを取り入れ、特別にブレンドした天然のエッセ ンシャルオイルだけを使っています。(芳香植物"植物の花、葉、果皮、木 部、根、種子、樹脂など"から抽出したエッセンシャルオイルを使って芳香 成分を身体にとりいれる自然療法がアロマテラピーです)

石鹸を泡立てるだけでエッセンシャルオイルの自然な香りがふわっと広 がり、なんとも言えない心地よさで満たされます。9種類の石鹸には、そ れぞれの意味と効能があるので、今の気分や体調を話せばあなたに 合った石鹸をチョイスしてくれます。皮膚にうるおいを与えたり、肌にツ ヤを与えてくれたり…大切な方へのプレゼントにもオススメのスペシャ ルな石鹸です。

素材はすべて口に入れてもOKなものでできており、低温でじっくりと1ヶ 月熟成させるコールドプロセス製法で作られています。高温で処理しな いから植物の力が石鹸に生きているのです。水で洗い流した後でも素 肌の上に薄い膜となって残り、アロマ成分が皮膚から吸収され洗うだけ でなく肌に残る石鹸です。



Healing Essential Oil Spray 石鹸と同じ香りを生活空間でも香らせた い、そんな気持ちから生まれたアロマス プレーです。玄関先、リビング、寝室、タオ

- ルなどにシュッと癒しのフレグランスを。 ·Safi···空間を浄化する効果が期待 できます。(4,400円)
- ·Safi premium…ネロリの優しい 香りはこころの空洞を埋めてくれます。 (5,720円)



- 1) magnolia…3年の試行錯誤から生まれた石鹸。身体を温 めることだけを考えたハーブをブレンドし、黒ニンニク、ビーツ、ハ イビスカス、カレンデュラ、ローズペタルを加えたもの。お肌は滑ら かにそしてしっとりと。肌から入る健康ドリンクのような石鹸です。
- 2) hanabi…ニキビケアと匂いケアに効果的な石鹸。紀州備 長炭のミクロの粒子が毛穴の汚れをすっきり落とし汚れとともに 匂いも取り去ってくれるので体臭が気になる方におすすめ。レモ ングラスの爽やかな香りは、気温が上がるとハーバルでエキゾ チックな大人の香りに変化します。(3,300円)
- 3) moyo… 材料はすべて女性ホルモンのバランスを整えるも のを組み合わせています。ザクロオイルに含まれるプニカ酸が肌 の再生を促進。老化や乾燥などの肌トラブルの改善が期待できま す。洗い上がりはしっとり、ふんわり。(3,300円)
- 4) haru…ユキノシタを練りこんだ石鹸。肌のキメを整えくすみ を改善します。タラゴンのスパイシーな香りはこころを落ち着かせ 自律神経のバランスを整えます。落ち込んでいる時にも心を明る くしてくれる優しい石鹸。(3,300円)



最近、ひとり言の声が大きいと注意される。/田辺市Y·S

スープセット(スープ・サラダ・ソイ バタートースト650円)クロックマ ダム(サラダ付き700円)

[8hachi] 食パンとコーヒーとおやつ

-和歌山市-







食パンとコーヒーとおやつのhachiは、全粒粉を多めに配合した 食パンが大人気。クロックムッシュやクロックマダムは是非とも食 べていただきたいメニューだけど、平日限定のスープセットもオ ススメなんです。取材時は「新玉ねぎのスープ」で、とろっとろの玉 ねぎの甘さがたまらなくおいしいのです。トーストには大豆からで きたソイバターを使用。ハチミツトースト、白小豆のあんバター トースト、ハムエッグトーストという風にトーストメニューも豊富で す。モーニングとしてランチとしてもハマる美味しさです。



季節のケーキは「いちごケーキ」 715円。もう、見てください。この 可愛さ!早く食べたいけど写真も 撮りたい、焦る。

和歌山市毛見1124-13

****073-446-0049

10:00∼17:00(L.O 16:15) ☎日・月・火曜/祝日

何となくお家で過ごす時間が増えて、お 部屋の模様替えや心地よくしたいと 思っている人も多いのでは?そこで今 回。岩出市の素敵なアンティークショッ プを紹介します。フランス語で「美しいガ ラクタ|という意味を持つ「ブロカント| さん。ガレージショップの中にはフラン ス、アメリカのアンティーク雑貨とともに 日本の古道具もあり、見ていると時間が 過ぎるのを忘れてしまうほど。家具や テーブルなどは洗いにかけてメンテナ ンスをした後にお渡しというスタイルな ので安心です。価格もリーズナブルで 「主婦が自分のお小遣いで買えるよう にしとオーナーの川村さん。アンティーク 雑貨の魅力は、これをどんな風に使おう かな、と考えること。だからついつい時 間を忘れてしまうのです。







「Brocante. | -岩出市-

ブロカント 岩出市畑毛175 **℃**090-7883-3516

■ 12:00~17:00 体不定休(インスタでチェック)





モチモチのベーグル専門店「セジョリ」。元 製菓講師のオーナーが試行錯誤を重ねセ ジョリならではのベーグルに仕上げまし た。独特の味わいを持つベーグルは幾つ でも食べられる、というのではなく、どっし りムチっとした食べ応えのあるタイプ。ひと つで十分満足だけど、次の日になるとまた 食べたくなる、そんなやみつきのおいしさ です。店内のランチはしばらく限られた人 数だけとなっているけれどテイクアウトも あるので、是非に。クランベリー、チーズ& 黒こしょう、ココア、チョコ、アールグレイ& オレンジ、よもぎなどなど、季節に合わせた ベーグルが豊富に並びます。



Cest Bagel &





セジョリ 海南市重根たつベパーク内1981-25 **C**073-487-5314

閻しばらくの間、ランチは月・木・土・日曜 11:30~14:00(金曜はテイクアウトのみ)

極火・水曜 ※ランチは3組までの入店で随時ご案内



プ・サラダ・ドリンク 1,250円。写真は「エビと 野菜のスイートチリソー ス」この日のスープはゴ ボウのスープです。サラ ダはシラスや豆など約 10種類もの素材が!



牛すじと牛バラとトマトのビーフカ レーと鶏のキーマカレーの2種盛り (1,200円)」日替わりのおかずが5種類盛り 込まれています。他にカレー3種盛り(1,300円)、ココ ナッツミルク香るチキンカレー(1,000円)もあり。

スパイスコーディネーターの資格を持つ立畑千賀子さんは20代の 頃バリ島で暮らし、スパイス料理に出会ったのがきっかけで現在に 至ります。現地の味をそのまま楽しんでもらうため日本風にアレン ジせず、スパイスのおいしさと魅力をそのまんま料理に込めていま す。ワンプレートにカレーと野菜のおかずが数種類たっぷりと!「い わゆる薬膳料理なんですよ。よく使うターメリックや唐辛子は血流 が良くなってお肌がキレイになります」ハーブとスパイスの爽やか な辛さと風味が特徴なので、辛いのが苦手という方にもオススメ



オーナーの立畑さん。お顔を見ると毛穴 が見えないほどの美肌がすごい。これも スパイスのおかげ?

「javajava」-岩出市-

スパイス食堂ジャワジャワ 岩出市畑毛175 **C**0736-67-7207

■金·日曜の11:00~14:30(L.O) 料理教室:月·火·木曜



のお店です。







【材料】

●お好みでコチュジャンも

●巻きすをギュギュと強めに巻くのがポイント ●海苔は両面をさっと炙ってから使いましょう (海苔の香りがたちます)

●巻き上がったらごま油をスプーンで塗り、

●手巻きすし用の海苔でミニキンパも

炊きたてご飯をボウルに入れ塩、 ごま油をかけて混ぜる

ほうれん草のナムル

さっと湯がいてぎゅっと絞って水 気を切ったら、塩・コショウ・すり おろしニンニク・ごま油で混ぜ合 わせる

甘めの卵焼き 卵に白だし、砂糖を入れて厚めに

甘口たくあん

絶対、甘口たくあんで。スティック 状に切る。

人参きんぴら 千切りした人参をごま油で炒める (砂糖・塩コショウ少々・鶏がら スープの麦)

牛こま切れ 焼肉のタレで炒める

各業界のリーダーに、ふだん気になっている事や ちょっと聞きづらいことに答えてもらうコーナーです。 アナタの質問事項をラカンにメールで送ってください。 ⋈ info@lacan.jp



今回も、和歌山トヨタ 田辺店の店長 谷本 充 さん にお聞きしました!

YARiSに興味があります。試乗したい場合、いつも車で行く子 どもの塾の送り迎えの場所やいつものスーパーの駐車場な ど、行き先の指定などできるのでしょうか?

ご試乗の行き先やどこかに駐車をしてみたいというご要望に出 来る限り対応させていただきたいと思いますのでスタッフまでお 伝え下さいませ。

トヨタの店長である谷本さんがトヨタ車以外で乗りたい車は 何ですか?ぶっちゃけで教えてください。

ランボルギーニ・ウルスという"スーパー SUV"です。(笑)

トヨタ車で一番人気の車は何ですか?

今、やっぱりヤリスクロスですね!! それからヴォクシーも人気です。



「ヤナギセイサクショ」と言っても鉄工所や木工所ではありません。(いや、一部分関係して いるかな…)空間をデザインする、何もない「空(くう)」に彩りを加える仕事と言っていいか もしれません。これまでホテルのロビーの空間、百貨店のウインドーディスプレイ、野外イベ ントの空間デザイン、ショップディスプレイなどなど様々…。

上富田町出身のゆりさんはディスプレイデザインのパイオニアである後藤艶子さんに大学 卒業後すぐに師事し、現場仕事をこなしながら13年間徹底的に学びます。時はバブル景気 の終わり前でまだまだお金も人も勢いがあった頃だから、ほぼ毎日終電か徹夜。朝は北海 道で仕事し昼は九州、夜は東京という風に、今では考えられない仕事量と時間の使い方。 もうブラックどころじゃない労働ですよね。でも弟子入りしたからには「学ばせてもらってい るから当たり前。仕事させてもらえてることが喜び。やっていることすべてが自分の糧に なっている」という想いだけで過ごしたと言います。

岳(がく)さんは大阪出身。ミュージシャン(パーカッション奏者)として東京にいる頃ゆりさ んと出会います。腰の手術やリハビリなど辛い時期を乗り越えてモノづくりの世界へ。舞台 やディスプレイに使うグッズをすべてオリジナルで制作するまでになり、ゆりさんと共に空 間デザインの仕事を数多くこなしています。「共同作業をしているとモノづくりや人との関わ り方などの価値観が時間がたつほど似てくるから不思議です。こんな風にしたら?とかこれ はイケてる、とかね。でも最終チェック時のモノの角度や光の反射による見え方なんかはも う、厳しいんですよ、ゆりさんは…笑」都会の仕事を地方でしていくのは思っていたほど支 障もなく、むしろ自然が豊富なこの地だからこそアイデアがたくさんうまれてくるといいま す。「時間ができると海へ行ったり山へ行ったり。こんな事は東京ではできなかったからね」 ローカルと都会を結ぶロールモデルな「ヤナギセイサクショ」のこれからに期待大です!

自宅のリビング。 なんともいいフンイキ。

空

蕳

を

3

ゴ

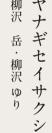




紅茶の袋で作ったシェード。 かわいい



近く、世界にひとつ だけのインテリア グッズの通販サイトが オープンします。 お楽しみに。



 \exists



上富田町南紀の台39-6 ****090-7351-4894

gaku.yanagisawa.01@gmail.com

女性限定 他メーカー OK!

●オイル交換、洗車中は、 お菓子とお飲物をどうぞ!

●ハズレなしのくじ引きも

お楽しみいただけます!

YARIS CROSS

オイル交換 ¥500 (軽自動車限定)

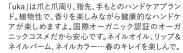
¥500

愛車撥水洗車

和歌山トヨタ「緊急サポートセンター」スタート! 夜間や早朝、定休日でも安心!万一の事故・故障でお困りの際は 0120-099-188(和歌山トヨタのお客様のみ対象)







軽に立ち寄れる「美容の雑貨屋さん」。他の 美容院に行ってるから行きにくいわ、と思わ れるかもしれませんが、まずはドアを開けてく ださい。髪質や毛量の悩み、せっかくカラー をしたけれど色落ちが…といったそれぞれ が気にしていることを気軽に相談。アナタに ぴったりなヘアケア用品を買うことができま す。1年365日の内サロンに行くのはだいた い10回くらい。毎日の家で使うシャンプーが 綺麗な髪をキープする大きなポイントです。 安価なシャンプーで髪を傷めていませんか?

ラテン語で「光」を意味するMICOは誰でも気



田辺市宝来町24-7 1F(白いキューブ型の1Fです) C0739-26-8859

冒水・木 10:00~20:00 / 金 12:00~22:00 土・日・祝 9:00~19:00

体 月曜·火曜





韓国ドラマファンです。3月号のナムルのレシピ、かんたんで美味しかったです。いろんな野菜で作っています。/田辺市H·N

田辺市上の山1-24-8 9:30~18:00/定休日: 火曜日·祝日の月曜日 **、0739-22-5333** wakayama-toyota.jp

高校生の息子の部屋を掃除したとき見つけた、ファンデーションやアイブロウ、アイライン。いいんだよ、いいんだよ、男だってメイクする時代だし。 ただ息子はパパ似でゴリゴリのごつい顔やから…/白浜町E・I