

FREE IDEA WITH NO  
STEREOTYPE IMAGES

# ラカン

vol.258

Lacan Free Paper Manufacture

June / 2021

朝ごはん食べに行こ。

※撮影時のみマスクを外してもらっています。みなさんは常時マスクをつけておりますのでご安心ください。

通勤、買い物、子どもの送り迎え…  
毎日毎日、ありがとうタフト。  
さあ、今日は一緒に遊ぼう！  
タフトと遊ぼう！

## TAFTと遊ぼう!!

グレード:G/2WD 色:レイクブルーメタリック 本体価格:1,485,000円



田辺ダイハツ販売株式会社 口熊野店  
Tanabe Daihatsu Sales co.,Ltd

上富田町生馬875-3 9:30~18:00/定休日:火曜日、第1・3月曜日  
☎0739-33-7862 tanabe-daihatsu.jp



お供養のこと、  
お墓のこと、  
わからないことだらけ…



なかたに聞いてみよう!



●白浜店 中田公益社では初盆用品を多数展示しています。お気軽にご来店ください。(富田駅前)  
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(白浜) <https://cere.jp>

樹木葬・海洋散骨  
家族葬から社葬まで  
お供養のなかた



鮮やかなオレンジ色の目と手足が魅力的なアマゾン「アカアマガエル」はとっても希少な動物です。

レイアウトの提案力は定評のあるところ。このまますぐお部屋のインテリアにもなるディスプレイがすごい!

特定動物の「メカネカイマン」「コビトカイマン」「ワニガ」はレンタル可能です。※コビトカイマンは氷河期から生き延びていると言われていてワニ、水温5℃の中でも動くのですよ!

## ペットランド ガリバーが銀座通りに移転オープン!

お待ちせ!!飼育許可が必要な特定動物も取扱い、県内一豊富な種類で有名な「ペットランド ガリバー」が銀座通りに移転しました!爬虫類をはじめチンチラやヒメハリテンレックなどなど、他では見ることでできない生き物が元気に揃っています。「一人ひとりのお客様にとってオーダーメイドのコンセプトショップであることは変わらず、選りすぐった生き物を提供したいと思っています」きちんとしつけをした上でお客様の元へ行くので、お世話しやすいと好評です。家族が増えるという気持ちで飼って欲しいから、ずっと可愛がってくれるお客様との縁をととても大切にしています。また、ショップやクリニックなどへのレンタルも可能なので気軽に店を覗いてみてください。

ペットランド ガリバー  
田辺市銀座通り角  
(2FはExotic Cafe MOO)  
☎0739-26-6780  
☑月・火曜(祝祭日は営業)  
[gariber.jp](http://gariber.jp)



一見ハリネズミかなと思うけれど「ヒメハリテンレック」はモグラです。手のひらがかわいいですよ。



次回 2021年 7月1日 発行

LACAN 発行所:株式会社ラカン 〒646-0004 田辺市下万呂577-1 サンフェスト・プラザ205  
TEL:0739-81-3266 FAX:0739-81-3267 E-mail:info@lacan.jp 撮影:STUDIO CACCI 細野ユカ  
※本誌掲載の記事・イラスト・写真の無断転載、コピーを禁じます。 ※広告掲載についてのお問い合わせはメールまたはお電話で。

## 珈琲館サバ - 田辺市新屋敷町 -

静かで落ち着いた店内、ビジネスの打ち合わせにも使われる大人な雰囲気。長年支持されている珈琲館サバでは、ハンドドリップで淹れる香り高いコーヒーが人気です。さらに「パンの焼き加減がバツグン」「ドレッシングがうまい」とモーニングにもまた多くのファンが、他の店にはない「ホットツナサンド」は是非に。サクッとしたトースト、シャキシャキ野菜にたっぷりのツナが入ったサンドイッチはいい塩梅のボリューム感も魅力です。



ツナと野菜のバランスが絶妙なホットツナサンド。ドリンク付き495円/トースト・目玉焼き・ハム・野菜サラダはドリンク付きで550円



どちらもドリンク代+210円のモーニングセット。ゆで卵か目玉焼きを選んでね。

## MARIBU - 田辺市新庄町 -

シーサイド店 まりぶ

開店以来46年間、店とお客様のいい関係がマリブならではの独特の空気感を作り出しています。ゆったりと流れる時間の中、海を眺めながらモーニングを楽しむのが日課という常連さんや新聞を読みながらコーヒーを楽しむ人たちが。一日の始まりはここから、という先輩たちの仲間になりたくります。



田辺市新庄町3027  
☎0739-25-1403

☎8:30~17:30  
モーニング 8:30~10:30  
☎日曜日



おいしいトーストには自家製フルーツジャム&バターか九十九農園から毎朝摘みたてのハーブを混ぜ合わせたハーブクリームチーズ&ハニーのどちらかを選んで。500円+ドリンク代



## 喫茶店のモーニングからはじまる一日

のすすめ

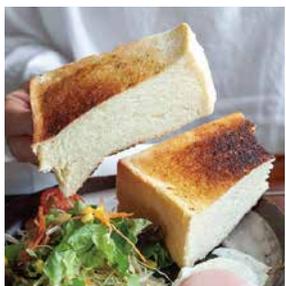
『たまには自分を甘やかせて。』



ふんわりしっとりの「たまごサンド」はダシの風味がふわっと感じられる優しいおいしさ。450円+ドリンク代

田辺市新屋敷町9-8  
☎0739-25-2710  
☎8:00~16:30  
モーニング 8:00~11:00  
☎水・日曜日

1斤の半分をトーストに!サクッと後にふんわりしっとりの食感で意外とベロリと食べてしまうおいしさ。厚切りトースト600円(ドリンク付き)



ホットドッグ・たまごサンド・トーストがワンプレートになったコトリセットは600円(ドリンク付き)

## 和カフェ コトリ - 田辺市神子浜 -

高台にある喫茶店「コトリ」。店に入って驚くのは陽の光が気持ちよく入ってくる店内の心地よさ。壁面をガラス張りしているから竹林や空を眺めながらの朝食が楽しめます。メニューは550円のモーニングが4種類、600円のモーニングが2種類(いずれもドリンク付き)あり、出勤前の方や家族を送り出した後の朝食を楽しむ女性たちの姿が。一人でゆっくり過ごせるお店、見つけました。



田辺市神子浜1-1-30  
☎0739-20-2258

☎7:30~17:30  
モーニング 7:30~11:00  
☎金曜日



## 豆の湯 - 白浜町新地 -

ビーチへ行く前や早朝散歩のあと、ふらりと寄りたくなるのが「豆の湯」のモーニング。たまごサンド、厚切りカツサンド、おいしいトーストの3種類の中から今日はどれにしようか迷うのもちょっとした楽しみ。ランチやカフェタイム時いつも新鮮なメニューで驚かせてくれる豆の湯だから、モーニングにも期待して!居心地よすぎでそのままランチに突入、なんてことになるかもです。(たっぷりコーヒーが飲みたい方にはポットアメリカノ600円があります)



じゅわっと旨味が溢れるカツサンドは重たかないから朝食にぴったり。650円+ドリンク代



白浜町1384-15 新地長屋5号  
☎0739-33-7070  
☎8:30~17:00(入店は30分前)  
モーニング 8:30~11:00  
☎水・木曜日  
※コロナ終息までは不定休もあるので来店の際は直接お店に確認を!



田辺市 M.Yさん

家族を送り出してさあ、私も朝ごはん!と思ったらもう出勤時間...で、いつもこんな感じに。ああ憧れのモーニング。



上富田町 H.Sさん

食いん坊の孫と一緒に食べる朝食なので全体のバランスには気をつけています。ヨーグルト、フルーツも欠かさずに!

年齢を重ねるほどに野菜をしっかりと摂らなければと思い、シークレット(死海のミネラル)のグリーンスムージーが朝食になりました。大麦若葉・玄米シロップ・キャベツ・人参・ケールなど無農薬野菜だけで作られたパウダーを溶いています。

田辺市 S.Yさん



田辺市 H.Mさん

あんこイチゴトーストは最近のお気に入り♪作りおきのピクルスと。アボカドハムトーストは水切りヨーグルトと。昨晩の残りのミネストローネと一緒に。子どもたちが登校してから至福の時間です♡

## 教えて!みんなの朝ごはん



田辺市 H.Yさん

子供や夫が出かけた後のつかのまが私だけの時間。仕事に行く前なので短時間、でもちょっとだけ自分のために朝食を作るようにしています。昨日の晩ごはんの残りやけど...



「いただきます!!」  
できたて弁当あります。



お弁当は約20種類  
で370円～色々、惣  
菜は180円～季節  
によって20～30種類  
あります。／丼、  
チャーハン、オムライ  
スなども。9月までは  
冷麺もあり。

これから  
ポテトサラダを  
作るの  
その準備中  
でも、  
ピーラーさばき  
がすい!



野菜を洗い、皮をむき、切って、煮る、焼く、揚げる  
を営業時間中ずっとしているのが「さくら」さん。  
店主は毎朝5時から厨房に入り、閉店まで立ちっ  
ぱなで調理しています。だから、いついっても出  
来たて盛りたてのあたたかいお弁当が買えるの  
です。「昔、現場仕事をしていて冷えた弁当やチ  
ンした弁当はあんまりやなという経験から、出  
来たてを買うてもらおうと思ってこんな風にして  
ます」店に並んだお弁当の減り具合からタイ  
ミングを見計らって次々に仕上げていきます。既  
製品は使わず全て手づくり。まさに家でお母ちゃ  
んが作ってくれるご飯が食べられるのです。「な  
ぜか卵焼きが人気でねえ。みなさん喜んでくれ  
ます」年齢問わず、いろんな職種の人や主婦、学  
生がひっきりなしに訪れます。女性にも人気のお  
弁当が「鶏の菜味が540円」たっぶりのネギと  
甘酢で仕上げたお弁当で、もちろん卵焼きも  
入っています。あなたも一度お試しください。

手づくり弁当・惣菜の店 さくら

田辺市天神崎1-2(エバグリーン前)  
☎0739-26-3942  
☎ 9:00～18:00 日曜日

チームワーク抜群  
の元気なスタッ  
プさんと店主。

イトインモ  
テイクアウト



スイーツに合わせるドリンクにもいろいろこだわりが詰まっています。  
軽やかなコクと深い香りが印象的なコーヒーは奈良県のコーヒースタンド  
ANY B&B+coffeeの豆を使用。／和歌山の和素材で作った焼き菓子も  
オススメです。

THE BROT

OPEN 10:00～16:00



大阪のベーカリーショップ「聖  
庵」の新レーベル。ドイツパンを  
ベースに郷土の野菜やお肉を  
組み合わせ、和歌山でしか味わ  
えない新感覚のドイツパンを提  
供しています。「朝昼晩の3食で  
ドイツパンを楽しんでほしい」と  
いうコンセプトの元、サイズや味  
の組み合わせも様々に。こちら  
もおすすめです!

ipe wakayama わより

田辺市稲成町532 ☎0739-20-1023  
☎ 10:00～18:00 月・火曜日 www.ipe-ipe.com



こうはく…白あん、フランボワーズ、アーモンド、ダークチョコレート/しころ…きなこ、黒豆、クリームチーズ/  
ペにこうじ…酒粕、ミルクチョコ、ヘーゼルナッツ、オレンジ/うぐいす…つぶあん、よもぎ、ホワイトチョコ、マ  
スカルポーネ、バナナ/などなど。これからも和歌山の素材スイーツが生まれていきますよ。ご期待あれ!

ipe wakayama

ipeはアイヌ語で  
「食べる」を表します。

かわい  
おいしい  
フィン  
ガース  
weets  
の店  
わより



日常から少しだけ離れて  
仕事や子育ての合間に  
ケーキを一つとコーヒーを  
楽しんでください



田辺に新感覚フィンガースーツの店「わより」とドイツパ  
ンの店「THE BROT」が入った「ipe wakayama」がオー  
プンしました。「わより」は大阪にあるフィンガースーツの  
店kagunomi-douの新レーベルで、和歌山の和素材(酒  
粕・きな粉・ごまなど)を組み合わせた新しいスイーツメ  
ニューを提供しています。「地域の持つ独自の食材の良さ  
を組み合わせることで生み出される“ここでしか食べられ  
ない”にこだわりました」と話す中瀬店長の言葉は、ipeの  
コンセプトにしっかりと沿っています。見た目のかわいさ  
はもちろん、その美味しさといったら… 食事の後や、  
ちょっと甘いものが食べたいなという時には、ぜひ!



天井の格子状のオブジェは、縦の糸(食が持つ  
価値)、横の糸(地域が持つ価値)が重なるこ  
とで生み出される、食による未来価値の創造  
(ipeのコンセプト)を表現しています。

●コロナ感染予防対策として、しばらくの間入店は10組としています。空いたらその都度入店を案内してくれます。

Room Fragrance



100%植物性のアロマ石鹸ブランドからのオススメは「ヒーリングエッセ  
ンシャルオイルスプレー」。香りとともに空間を浄化する作用もあり、気分を変え  
たい時や玄関、洗面所、寝室、オフィスにおすすめ。また「プレミアムホワイ  
トセージ」のやさしい煙で空間と自分自身を浄化するのもいいですよ。ホワイ  
トセージはたくさん売られているけれど、中でもこのホワイトセージはと  
ても良質なので、ストレスを感じる時や1日の始まりにぜひ。

**BLOOM&BERRY**  
海南省重根東2-11-16  
☎073-488-5148  
☎ 金・土・月曜 13:00～16:00  
オンラインショップ bloomandberry.com



ヒーリングエッセンシャルオイルス  
プレー Safi…4,400円、Safi  
premium…5,720円/プレミアムホ  
ワイトセージ3,850円



**STYLE factory**  
田辺市文里2-37-1 2F  
☎0739-26-5395  
☎ 11:00～20:00  
日曜日

香りアイテムの品揃えは県内一と言われるスタイ  
ルファクトリー。一番人気は、ハーブアロマテラ  
ピーの専門ブランド「生活の木」のアロマオイルで  
す。雨の多いこの季節にはレモングラスやオレ  
ンジスイートなどの柑橘系がぴったりとの事。拭き掃  
除の際、バケツの水に2～3滴入れてみて。また日  
本製のファブリックミストは消臭+抗菌の上に抗カ  
ビ、抗ウイルスにすぐれているので、プレゼントにも  
喜ばれそうです。

生活の木アロマオイル1,660円～。無香料スキ  
ンケアオイルはアロマオイルと合わせて極上のマッ  
サージュタイムが楽しめます。1,100円/食用乳化剤と精油  
だけで作られたミストは3種類の香り。1,800円



梅雨にはいと同時に気になるのが、お部屋の匂い。  
湿気がこもりがちに上洗濯物の室内干しなどの生活臭…なんとか快適な暮らしにしたいのに、という方にオススメの「香りの提案」です。  
ケミカルなものではなく、赤ちゃんやペットにも安心なアイテムを各ショップさんにチョイスしてもらいました。参考にしてくださいね!



アロマ専門店&アロマサロンならで  
はの提案が、充電式の「アロマミニ  
ポータブル」のディフューザーです。  
コードレスだから場所を選ばずリ  
ビングや寝室の他クルマにもお気入  
りをしっかり香らせることができます。  
また、店主が今イチオシのアロマが  
「ala Lehua」。絶妙なブレンドバラ  
ンスが素晴らしいとの事なので、こちら  
も要チェックです。

**Provence**  
田辺市高雄3-37-9  
☎080-5344-3754  
☎ 10:00～17:00  
日不定休



コードレスの充電式ディフューザー8,800円～  
/ワークショップでオリジナルの香りづくりも  
できます。香水づくり3,300円～、ポディケア  
オイルづくり2,000円～



天然由来で、日本製であることにこだわった香  
りのみを扱っているモックファニチャーが特  
におすすめしているのが「AMBERJU」。湿気で憂  
鬱な気分の時や掃除の仕上げにびったりなや  
さしい香りです。ルームスプレーは空気中  
にシュッシュッと。また寝具やソファ、カー  
テンにかけるのもいいですよ。

**MOC FURNITURE**  
田辺市下万呂554-4  
☎0739-33-7785  
☎ 10:00～19:00 日曜日  
moc-furniture.jp



【AMBERJU】アンバーブルーム・シルキーサ  
ボン・ホワイトムスクの3種の香り。スプレー  
1,320円・ジェル1,430円・カーフレグランス  
1,540円・スティックディフューザー2,970円/  
【木と香】スプレー1,980円・リードディフ  
ューザー1,980円・カーエアコン用1,650円

ひとこと 夏のおやつといえば、わらび餅ですね。田辺駅前のいなさんののはむっちりタイプ。北新町の富美堂さんはとろーんとやわらかタイプ。どちらも美味しくて、その日の気分を選んでいきます。/白浜町T・M

ひとこと 最近ハマってるのが、寝たままバック。TSUTAYA東山店内のPen Terraceにある韓国コスメでたっぷり2回分入って264円。60歳過ぎてから乾燥すいので助かってます。/田辺市S・Y



かんたんレシピ

# キムチごはんのチヂミ

キムチチャーハンに  
ちよつと飽きたら、ぜひ！  
休日のお昼ごはんや  
小腹が空いた時に  
チャチャッと焼いてみて。

焼き立ては表面が  
パリッと香ばしくて  
おいしいですよ！



- ①ご飯に、刻んだキムチ、みじん切りの玉ねぎ、ねぎ、モッツアレラチーズ、溶き卵、小麦粉、塩を入れて混ぜまぐる。
- ②フライパンにサラダ油を入れて形を整えながら焼く。
- ③両面に焼き色がついたら完成。(味が薄いと思ったら醬油をちよつとかけて)

おしえて！



ますおか部長

今回は、「お葬式・お供養のなかたグループ」の  
舛岡 誠司 さんにお聞きしました！

- Q** 夫の上司のお母様の初盆があるとの事。いつくらい迄にお参りに行けばいいのでしょうか？また、何を持っていけばいいですか？私達は県外からの転勤で、こちらのしきたりがわかりません。
- A** 8月13日～15日の間にお参りされるのが一般的です。こちらの地方では初盆に提灯やお供花、お供物(お菓子や果物)やお線香など様々なものがお供えとして用いられます。今回の相談内容とすれば3～5千円の御佛前(現金)と、お供えとして焼き菓子などを持参されるのが良いと思います。昨今、初盆のお供物はご辞退されているご家庭も増えていますので、予め確認される事をお薦めします。
- Q** 家族葬が増えていきますね。お世話になった方に最後のお別れをしたいと思っても一般的に葬儀の参列は遠慮すべきでしょうか？
- A** 家族葬の捉え方も御遺族によって様々ですので、一概に「遠慮した方が良い」「参列した方が良い」という事は言えません。大切なのは「自分の想いよりも御遺族の思いを優先して頂く事」が答えだと思います。直接お聞きするのが難しい場合は、葬儀施行されている葬儀社に問い合わせしてみるのも良いかもしれません。
- Q** 最近では「御香典・御供花・御供物は辞退…」とありますが、何かして差し上げたい時はどうすればいいですか？
- A** 「何かしてあげたい」というお気持ちも理解できますが、故人の遺志との間で御遺族が板挟みになってしまう場合が見受けられます。厚意をお断りする側も心が痛むものです。御遺族の想いを汲んで「何もしない」という事もやさしさだと思いますので、手を合わせて合掌する真心をお供え頂ければ良いと思います。御遺族と懇意にされているのであれば、「何かお手伝いすることはありますか？」とお伺いしてみるのも良いでしょう。

あなたの質問事項をラカンにメールで送ってください。✉ info@lacan.jp

白浜にいながらにして北海道のおいしいもんを好きになだけ楽しむ「EAT JAPAN 北海道」が開催中です！タラバ蟹・イクラ・ホタテにサーモン、ローストビーフに北海の幸で盛りだくさんのメニューを毎日スタンバイ。勝手丼はイクラ、マグロ、ホタテやサーモンなどを好き放題に盛っちゃってあなた好みの丼にしてください。蟹をダシに使った「蟹のみそ汁」なんていう贅沢なメニューも毎日登場しますよ。お得感と満足感に溢れること間違いなしのこの企画。ぜひ、行ってみてください！  
※タラバ蟹は食べ放題ではありません。

ビールソムリエ 横矢 紗也さん



今回の北海道フェアでは「北海道フルーツビールと北海道ハイボール」も楽しめます。「お酒は苦手、ビールの苦味が好きじゃないという方にこそ飲んでもらいたい」と話すのはマーケティング室の横矢 紗也さん。横矢さんはビールソムリエでもあり日本だけでなくあらゆる国のビールを知り尽くしているスペシャリスト。「ひとつのことに対して決めつけを持つのはもったいないです。試してみる、トライしてみるってあらゆる事に共通する事だと思います。食べ物や飲み物も同じ。北海道フルーツビールはフレッシュなフルーツの味や風味が楽しめます。ぜひ、お試しを！」

SHIRAHAMA KEY TERRACE  
ホテルシーモア  
白浜町1821 ☎0739-43-1000  
keyterrace.co.jp



ホテル内の  
SHOPでも  
購入できます！

SHIRAHAMA KEY TERRACE presents

# EAT JAPAN 北海道

第3回

ビュフェレストラン  
「by the ocean」にて  
7/18(日)まで開催

- 昼 北海道フェア特別ビュフェ  
お一人様 3,850円
- 夜 通常ビュフェ  
お一人様 3,850円  
+2,200円で北海道特選プレート

※お子様料金は年齢に応じて変わります。  
気軽にお問い合わせを！



たった1回の腕立てからはじまる！



肉体美ではなく機能美が得られる  
ストリートワークアウト

WAKAYAMA  
ストリートワークアウト 代表  
森 通さん



ストリートワークアウトって知っていますか？屋外の公園などにある鉄棒や遊具を利用して行われるスポーツで、アメリカやヨーロッパでは大人気で世界大会も行われています。このストリートワークアウトの団体を和歌山で作成活動しているのが森さんです。彼は看護師の仕事をしてながら2018年にたった一人ではじめました。「お金がなければジムに通えないけど、ストリートワークアウトは街中でトレーニングするからタダなんです笑」とは言え、スポーツが苦手だったり走ったこともないという人にもできるのでしょうか？「老若男女、どなたでもできます！毎朝ウォーキングすることも実はストリートワークアウトですよ。運動が苦手な方や自分には無理かも、と思うかもしれませんが誰でも「なりたい自分」ってあると思うんです。今の自分には何が足りてないんだろう、何をすればいいんだろうと考え、まず小さなことから行動していくことが一番大切だと思います。これは子どもでも大人でも同じ事で、行動すればきっと「なりたい自分」に近づきます。ただ無理をしてくるケガなどしないように段階を踏んでいくことも大事なんです」  
いかがですか？興味のある方はインスタをチェックしてみてください。  
※毎週日曜日は田辺スポーツパークでトレーニングしています(但し、季節や天候によって変わる場合があるのでインスタで確認を)

毎月第2金曜日はレディースフェスタ！

# Lady's Festa

500 yen

次回は  
6/11  
(金)

女性限定・他メーカーOK！

オイル交換 ¥500 (軽自動車限定)  
愛車撥水洗車 ¥500 (全車種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

365日 24時間 対応！  
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)



和歌山トヨタ 田辺店  
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

ひとこと オギャーと生まれてから小学3年生までずっとおばあちゃんに散髪してもらってた息子がサロンデビューしました。「これからは散髪違うでカットで言うてよ」かなり気に入った様子です。/田辺市Y・M

ひとこと 仲良しグループと居酒屋で飲んで食べてしゃべりまくりたい～ってシャワーしながら何回も叫んでたら「やかましわ！お母さんもや！」と母に叱られた。/田辺市R・T