

FREE IDEA WITH NO
STEREOTYPE IMAGES

ラカン

vol.279

Lacan Free Paper Manufacture

April / 2023



元気なコリアタウン
御幸通商店街へ！

「きれいな人」とは、大きな目に長いまつげ…ではなく「肌の美しさ」の印象が強いですか？肌悩みの上位に上がる毛穴のケアをすることで陶器のような滑らかな肌を手に入れることができ、シワやたるみの予防にもつながります。季節の変わり目は花粉、汗などで毛穴が開き汚れが溜まりがち。「早く来ればよかった…」これ、リピーターさんの言葉です。プロの技で今からしっかりケアが欠かせませんよ！

KOKORO



春は「ととのえる」がキーワード

自信をもってマスクオフ！

毛穴ケア
コース
70分
1回/6,600円

毛穴ケアコース
特別キャンペーン

「ラカンをみた！」で
通常6,600円→6,000円
(4月30日まで)



60代の女性/顔全体の毛穴の中の古い角質の除去。肌が明るくなりツヤも、むくみが取れてフェイスラインが驚くほどスッキリしました。マリオネットラインも薄くなっていますね。

毛穴の中の汚れや古い角質を水でしっかり吸い上げながら落とし、高濃度炭酸で毛穴の引き締めとお肌のキメを整え滑らかな肌を作ります。さらに、むくみが取れてフェイスラインが変わる上に、肌色が1トーン2トーン明るくなる人が多く定期的に通うリピーターが多いメニューです。※その他にも悩み別や予算に応じたコースメニューがあります。しっかり丁寧なカウンセリングであなたに合ったケアメニューを提案してくれます。



とにかくお肌をきれいになりたい方にオススメ！！

4月になると春の気配が街中にあふれ、気分も軽くなって…と言いたいところですが、花粉・気圧の変動・職場環境の変化や家庭環境の変化などで自律神経が乱れ、体力的精神的にも疲れている人が多くなります。これは年齢に関係なく若い方も肌のトラブルに発展し悩んでいます。まずは、本来の美しい肌に整え、自信を持ちましょう！自信がつくと幸福度が上がります！

1回/22,000円→16,500円
さらにプライスダウン！→13,200円

4月限定特別価格 初回のみ/11,000円

5回コース/82,500円→66,000円

4月限定特別価格 5回コース/63,800円

シリカ
ニードル

シリカニードル 5つのポイント

心身メンテナンスエステサロン
KOKORO ココロ

田辺市下万呂48-9
TEL:0739-68-9059(完全予約制)
10:00~20:00(最終受付18:00)
不定休

●お問い合わせは公式ラインで
ご予約は、公式ラインまたはホットペッパーから



肌のターンオーバー(通常28日周期)を5~7日に早め、肌を生まれ変わらせる画期的なメニューです

水素パックとケイ素の相乗効果で肌の再生力を高めます

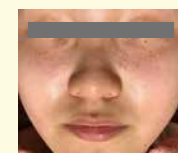
剥離しないから翌日からのメイクが可能

美肌を生成させるので、シミ・くすみ・ニキビ・ニキビ痕・小じわ・たるみ・フェイスラインの引き締め・小顔効果などオールマイティに効果を実感できます

1クール2週間に1回の5回コースで究極の肌再生！(以降は、1~3ヶ月に1回がおすすめ)



マスクによるニキビ、肌荒れ(2回施術後)



ソパカスに悩んでいた方(3回施術後)。小顔効果も！！

スローストリートメント

ボディケアから最古の医学「アーユルヴェーダ」の教え 体内浄化美容法「スローストリートメント」で、身体に溜まっている老廃物を出せる力をサポート！

全身アロマトリートメント 120分
16,500円→11,000円 4月限定

次回 2023年 5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す。



韓茶カフェと韓国雑貨 流れる千年

コリアタウンの買い物や散歩にちょっと疲れたらカフェでひと休み。1階は韓国雑貨やお菓子の販売、2階が韓茶カフェです。果実や花、穀物などの自然の薬効がたっぷりの韓茶が豊富に揃っており、迷ってしまうほど。人工甘味料など一切使用せず、体と心両方に優しく美味しいお茶をその日の体調に合わせてオーダーするのがいいですよ。ここでのおすすめはパッピンス。かなりのボリュームなのでシェアして楽しんで！

大阪市生野区桃谷4-4-10
☎06-6716-7111
🕒11:00~16:30
📅火曜日



パッピンスは
かき混ぜて
食べてね！



朝鮮時代の貴族たちの菓子として食べられた伝統の揚げ菓子「菓菓(5個入り) 756円」しっとりさっくりの食感とやさしい甘み。

「韓国伝統餅盛合せ530円」お米の粉をベースに甘味を抑えたシルトクとそれぞれに違った餡が入った3色のソンピョン。/体を内側から温める、飲むエステと呼ばれる「菓膳コーラ650円」桂皮、ナツメ、カルダモン、八角、生姜、黒胡椒など15種類以上の韓ハーブやスパイスを瀬戸内レモンと一緒に煎じたもの。すっきり爽やかな美味しさ。

自転車の小学生が「サクひとつ」と買って揚げおやつ「ソルトタック」。2つくらい一気に食べてしまうおいしさ。



店のカウンターでトッポギやチヂミを食べる若者たち



サンコー食品

山亀商店

流れる千年

公園

御幸通り

平野川



やあ！



韓国マカロン「トゥンカロン」は太ったマカロンといわれ、クリームやフルーツがたっぷり入ってボリューム。見た目も可愛くて人気のスイーツ！

週末は店前の鉄板でジュワジュワとホルモン焼きを作っているので、買ってそのまま食べるのもOK。/サムギョプサル用の3段バラ、5段バラもずりり！

豚肉専門店 サンコー食品(ヨシモト)

1959年創業の精肉、蒸し豚、豚足、蒸しホルモンのお店で、サムギョプサル用にキロ単位で買う人も多くいる中、人気なのがジューシーなむし豚。量や部位を伝えたとその場でカットしてくれるけど、初めてならお任せで注文してみてください。

大阪市生野区桃谷4-7-3
☎06-6731-4500 🕒8:00~18:00



むし豚はスライスしてチョジャン(韓国のコチュジャンの入ったタレ)で食べたり、キムチを巻いて食べると美味しいですよ。クセや臭みのないしっとりジューシーなむし豚の美味しさにハマること必至！



手づくりの麺やご飯のおともちりめん。ちょっと辛めのちりめんがあればご飯がすすむ〜

元気なコリアタウン 御幸通商店街へ！



最近テレビをあまり観なくなった理由の一つに、Netflixなどで韓国ドラマや映画を観るようになったからという人も多いのでは？ ちょっと前の大ヒットドラマ「梨泰院クラス」や「愛の不時着」、最近話題の「ザ・グロリー」など、それぞれに推しドラマや俳優がいますよね。

で、韓国が気になりだすとドラマに出てくる韓国料理が食べたくなるのも自然のなりゆき。そこで、今回は地元の人で買い物に行く大阪市生野区桃谷の「御幸通商店街」に行ってきました！

クルマで2時間ちょっとの距離だけど、たっぷり一日楽しめます。

韓国食材のスーパーや昔からあるキムチ屋さん、パッピンスや韓国伝統茶が楽しめるカフェ、雑貨、食堂、屋台、もちろんコスメも。一般の買い物客以外に業者や飲食店経営の人たちが仕入れにくるから朝早くから営業している店も多く、リアルな韓国が味わえるのも魅力。毎週でも行きたくなるコリアタウン「御幸通商店街」。お店の人との会話も楽しい商店街です！



高品質でプチプラな韓国コスメは絶対買いたいですよね。正規品が並ぶお店なので自分用とお土産に！

キムチとチャンジャ 慶州商店

50年前にこの商店街でキムチ専門店第1号としてオープン。現在は3代目がキムチを漬けています。どのキムチも白菜、大根だけでなく、旬の野菜をキムチにして並べていますが、ここ慶州商店のキムチは辛み控えて、風味とコクが深いのが特徴。おまけにスタッフの接客がダントツ！店の人と会話を楽しみながら買い物するのが商店街ならではの魅力です。チャンジャもめちゃくちゃ美味しい！

大阪市生野区桃谷4-9-7
☎06-6716-7803
🕒7:30~18:00
📅1/1~4



白菜、大根、山芋、わけぎ、キャベツ、しろ菜、チンゲン菜などいろんな種類のキムチが各500円〜試食しながら選んでね。

韓国食品・韓国雑貨 山亀商店

野菜・果物・韓国食品・調味料のお店。一番のおすすめが、せすんオモニの手づくり調味料です。コチュジャンやサンジャン、味付け醤油、焼肉のタレ、唐辛子麺、柚子胡椒…調理法を教えてください。韓国家庭料理初心者の方でも大丈夫！プロが買い付けに来る店だから高品質なものばかりを買いやすい値段で提供してくれているのもうれしい。「韓国ドラマでみたKOPIKOがある！スティックコーヒーがある！」と若い人たちに人気のお店です。



いつもレシピを教えてください。元気なおモニ。

大阪市生野区桃谷4-6-15
☎06-6716-4616
🕒8:00~18:00
📅火曜日(変更する場合あり。インスタでチェック)





リベース・オーガナイズ Rebase organize 榎本けいこ

エニアグラムお片づけ士®アンバサダー
整理収納アドバイザー1級
整理収納アドバイザー2級認定講師
企業内整理収納アドバイザー



after



before

無理せず続けられるお片づけ

Rebase organize

整理収納アドバイザー2級を取得される方が増えてきているようですが、けいこさんは何年前から講師をされているのですか？
2017年2月に大阪で2級を取得したのですが、これがもう私にとって目からうろこの内容で、理論がわかると楽しくて、楽しい！教える人になりたい！と、講師になるために1級資格を取りました。その後講師になるための勉強をスタートし2019年に講師資格を取得しました。その間に第2子の出産と第3子の妊娠とバタバタの毎日でした。
—— 出産、育児、妊娠となるとそれだけでも大変なのに……
私にとって出産はラッキーなチャンスだったんです。育児中は自宅のお片づけを実践しながら勉強も続けられた。もともと家事が苦手だったけれど、楽しいに変わるからますますたくさんの人を知ってもらいたいと思っただけで、講師資格を取得してすぐに講座を開きました。
—— 他にも、お片づけサポートとエニアグラム心理学をされていますね。
片づけたいけど片づけられない、どこから手をつけていいかわからない、といった方々の相談と現場作業の依頼が増えてきたんです。これがね、年代で分かれるんですよ。子育て中の30代の方の片づけサポートに何って一緒に作業をしていくと、「こういう風にしたいね。自分でできるかも。勉強したい」となり、整理収納2級の講座を受けにいらして、ご自分でどんどん片づけができるようになっていきました。50代、60代の方の多くはまだまだ仕事も現役で、ご自分の収入があるからリビート率も高いんです。今日は疲れてご飯を作る元気

がないから外食しようと同じような感覚ですね。
—— なるほど。自宅の片づけを他人にしてもらうことに罪悪感を持つのかと思ってたけど、お惣菜を買って食卓に出すのと一緒ですよ。
そうなんです。きれいに片づいていないとだらしない人と思われたり、自分はダメ人間だ、とか変な思い込みがありますよね。できないなら頼んじゃえばいいんです。散らかってても平気なら無理に片づけなくてもいいんだし。性格的に片づけができていないとモノを捨てられない人っているんです。それで、お片づけをする上で、それぞれの性格や考えを知っておくことが大事だと思ひ、エニアグラム心理学の勉強を始めたんです。
—— 片づけと心理学ですか？
本来持っている資質を9つのタイプに分けた個性心理学なんです。もともと大きく分けてと現在軸過去軸未来軸に分類できます。今必要でないものだから処分する、手放すことができない人、子供達の大変な思い出だからと小さな頃の工作物や絵、手紙など大事に置いておく人。将来使うかもしれないからと紙袋や洗剤のストック、食品などを買ってしまったておかないと不安な人。それぞれタイプが違うから、無理に捨てさせることはしないで。断捨離という言葉が流行って、捨てる方がいい、みたいな風潮になっていますがすべての人に当てはまるものではないです。毎日の暮らしに必要な必要でないか、置いておきたいかそうでないか、というのみんな違いますからね。私、「捨てさせ屋さん」ではないですよ(笑)
—— お片づけ後のお客様の反応はどうですか？

歓声をあげる方もいらつしゃるし、やったりって達成感を口にされる方もいます。片づけって本人が満足することなので、誰かに褒められたいからというのではなくウキウキと過剰になるのが大切だと毎回思います。「人を呼んで料理を振る舞うのが好きだったんですよ。でもとても誰かを招待できる状態ではなかったからそういうこともすっかり忘れていたわ。自分の好きなことを思い出してきてうれしい」と話してくれた方がいます。
—— けいこさんが仕事する上で大切にしていることはなんですか？
お客様のふだんの生活や仕事のリズムを崩さないように片づけ作業をすること、と無理させない片づけをモットーにしています。それぞれの方に合わせて「頑張りすぎないように」と声かけをしながら、1回3時間以内で終わらせるようにしています。
—— けいこさんが訪問する中で、片づけスィッチがはいる方もいますか？
います！リビート訪問すると「見て見て、ここ自分でやってみたの」と見せてくれてわーすごーい！って2人で手を叩いて喜び合います。だんだんコツを掴めてくるから楽しくなるんですよ。自分の性格を俯瞰してみることができたとおっしゃる方もいます。暮らしの中のモヤモヤを取り除いてあげられる仕事って本当にやりがいがあります。
断捨離させられる、大事なもので捨てられるかも、あまりにもひどいから来てもらうのも恥ずかしい、そんな思い込みや勘違いは横に置いて、どんな暮らし方がしたいのか、とまず相談してみるのも良さそうです。気になる方は気軽に連絡をとってみてください！

エニアグラム心理学

人間が本来持っている資質を9つのタイプに分けた個性心理学です。それぞれが持つ特性や性格を生かし、仕事や子育てなどあらゆる人間関係において役立ちます。

自分の性格が客観視できる	家族との違いが理解できる
考え方のくせに気づける	自分の特性を仕事に活かせる
落ち込んだ時の立て直し方がわかる	自分の機嫌を自分で取れるようになる

問い合わせは公式ライン またはインスタDMから

- エニアグラムセッション…2時間 8,000円(リピーター様 5,000円)
- お片づけサポート…1時間 5,500円 ※SNSにプロフィール・アフター写真掲載OKなら割引あり



コックピットのような厨房から次々に料理が出来るようになっていく。



店主の土井 隆司さん

地元の食材を使うイタリアンを楽しんでください！あ、季節のフルーツピッツァもおすすめです

andiamo!

釜焼きナポリピッツァ、生パスタ、備長炭焼きステーキ、スイーツ



人気メニューのステーキランチは前菜・ライス・ドリンク付きで1,600円。炭の香りがするステーキは誰もが唸る美味しさで、思わずノンアルコールを注文。



どれもおいしいから、次いつ行く？

季節のフルーツピッツァ1,400円(テイクアウト1,500円)今の時期は、イチゴのピッツァ。甘みと酸味、塩加減が絶妙です！季節ごとの旬のフルーツが楽しめますよ。

窯焼きナポリピッツァが味わえるイタリア料理の店「アンディアーモ」は、2月に1周年を迎えました。キッチンカーでの出店や店の隣の会津公園でのマルシェなど、地域イベントも企画していたから「え？まだ1周年なの？」という感じ。ランチもディナーもおいしい食事を楽しむお客さんと連日賑わっています。小さな子どもと一緒に外食はしにくくて、という家族やママたちのために2階は丸ごとキッズスペースに。「お子さん連れでも安心してゆっくり食事を楽しんでもらいたくて」という店主 土井さんの想いがうれしい。
ランチは「ピザランチ」「パスタランチ」「ステーキランチ」「日替わりランチ」のほかに「キッズランチ」まであります。おすすめは紀州備長炭で焼くステーキランチ！肉は国産牛のカイノミやイチボを使用しています。ライム塩、わさび塩、イタリアの粗塩も添えられているけどオリジナルソースが絶品なので、ぜひ。今回はランチメニューの取材だったけど、次はディナーのアラカルトをゆっくり楽しみたいぞ！



店主の奥様はパティシエ。スイーツはテイクアウトOKです。マスカロン・ポーネとコーヒーの風味がおいしい「ティラミス500円」/カリッとモチっとの「カヌレは小2個で150円・大1個200円」(写真は小5個)



写真はドリンク付き1,400円のピザランチから「しらすピッツァ」をチョイス。自家製トマトベースのソースとネギ、そこに増富商店のしらすがつたっぷり、たまらん美味しさです。300円プラスでサラダと前菜が付きま。

andiamo! アンディアーモ

田辺市高雄1-18-1
☎0739-33-7660
🕒ランチ:11:00~14:00 L.O(15:00閉店)
ディナー:17:00~21:00 L.O(22:00閉店)
🗓水曜日
※イベント出店の場合休むことがあります。インスタをチェック!



和カフェ ひさ松



ホールスタッフ募集!

- ・土・日曜日働ける方
- ・11:00~15:00の間で3時間ほど
- ・通える範囲で学生さんも大丈夫

詳しくはお電話で
お問い合わせください。

TEL:0739-72-1111

みなべ町塩田929-15
ランチ 11:00~14:00
カフェ 14:00~18:00
※月・火曜日



STOCK OUTDOOR * COLUMN 大きな木の下 #7



ストックアウトドアは「自然と繋がり感動を分かち合う」をコンセプトに毎月色々な企画を実施しています。今回は三重県的美杉町のミツマタ群生地を訪れてきました。最近買ったカメラで幻想的なミツマタ群生地の写真を写真に収める事が出来るのが店主のミッションです。目的の地に着く前に立ち寄った道の駅で偶然ガラガラ抽選会をして、そこで躍起になったのが参加者のMさん。1000円のお買い物ごとに1回の抽選が受けられるんだけど、1人ずつのお買い物だと抽選が受けられる金額に満たないので、みんなの買い物を素早くまとめて計算すると1990円。あと10円何かお買い物をするので2回抽選が受けられる。ポクは咄嗟の判断で10円のレジ袋を購入。ちようど2000円に。これで2回受けられる。シートを抽選会のところを持って行く抽選を受けられるシステムらしいのだが、Mさんはシステムが分かっておらずレジの人に券をくださいと言っていると、レジの人は併設している温泉の利用割引券を持ってきてくれた。割引券まで引き出すMさんはさすがだ。抽選1回目はMさん、2回目は店主の順番で行なうことに。Mさんは4等。地元産のお茶やコーヒーのセット。立て続けに店主は3等。地元産の木で作られたまな板をゲットしました。くじ運があるのかと思ったけど、次の次ぐくらいのお客さんは2等を当てたからまあまあ当たる確率は高いのかもしれないね。そんなこんなでストックの企画は参加者の皆さんで成り立っております。気になる店主の写真はというとこんな感じです。

STAFF募集!!

アラカルト
カフェ・リッカ
●スタッフ超募集!学生・主婦・未経験の方もOKです。定休日は火曜日。詳しくはお電話で! TEL:0739-25-2091
●スタッフ募集中!週2~3日、できれば土日入ってくれるとうれしいなあ。
定休日は水・木曜日(祝日の場合は営業/振替休みあり) お電話お待ちしております! TEL:0739-64-0102

おしえて!



しおじさん

MOC FURNITUREと塩路家具の代表
塩路さんに聞きました。

Q ダイニングテーブルを一枚板にしようと考えています。友人からメンテナンスや手入れが大変そう、という話を聞いたのですが、どうなのでしょう? 私はキズやシミがついても、それが経年変化のひとつじゃないかと思うのですが...

A 一枚板のメンテナンスやお手入れは通常のダイニングテーブルと比較して、かなり簡単にできます。塗装によってお手入れの仕方は変わりますが、ほとんどの場合で耐水性のある仕上げをしております。また、テーブル使用時についてしまう傷や汚れ・シミも、削り直しをすることで、全てを元の状態に戻すことができます。もちろん店頭では、お手入れやメンテナンスだけでなく、削り直しの方法とリペア方法も、木の特性を考慮しながらご説明させていただきます。経年劣化ではなく経年変化を楽しみながら、同じ時を刻んでいけるのが一枚板の一番の魅力かもしれません。愛着を持ち、みんなで大切に使える一枚板に出会えるといいですね。

Q 初孫が一歳になるプレゼントにキッズチェアをさがしています。家族でテーブルについて一緒に食事できるといいなと思って。MOCさんではキッズチェアは見かけませんでしたが、取り寄せになりますか?

A 今当店で展示はありませんが、4月中旬には店頭展示を再開する予定です。お店が広くないので展示数には限りがありますが、カタログ等を通じてご案内できる商品は多種ございます。乳幼児から大人までずっと使えるような商品もありますので、この先数十年と使ってくれるものをプレゼントできるかもしれませんね。初孫さんとご家族と一緒に食事を楽しめる日が待ち遠しいですね。

次回から山本建築工場の代表、山本さんが質問に答えてくれます。
こんなこと聞いてもいいのかしらん、という内容もどんどんお待ちしております!
✉ lala@lacan.jp までメールください!

まず、体を芯から温めて健康に!
美しさはその次でいいでしょ

温熱サロン「Aian+(アイアン プラス)」は一般的な美容エステサロンとは違います。「まず、健康でなければ。美容にお金をかけて見た目を美しくしても体のどこかが不調では美しさも維持できないでしょ」3年以上のコロナ禍を経験し、改めて健康の大切さを実感したオーナーの菊池さん。ここでは、コンピュータ内蔵の温熱ベッドをメインとして「よもぎ蒸し」とのセット、「美容エア鍼」とのセットのメニューがあります。体温を上げることで、気の流れや血流を良くし免疫力もアップさせるサロンです。温めることで体のコリや筋肉の張りを緩め、冷えの解消とともにリラックス効果も得ることができます。



よもぎ蒸し

温熱ベッドとのセットで6,400円

よもぎと薬草をブレンドし、煮立てて発した蒸気で下半身から温める療法です。煎じた薬草の成分を粘膜吸収させることで代謝促進、血流改善により冷え症の改善、生理痛、産後回復、便秘、更年期障害など、女性特有の悩みに効果があります。



カウンの下はこんな感じ!



美容エア鍼

温熱ベッドとのセットで7,000円~10,000円
(美容液によって価格が変わります)

空気圧で刺激するので痛みもなくダウンタイムもありません。それぞれの方の悩みに応じて美容液を選び、ソボを刺激しながら美容液を細かい粒子に分解し皮膚の深い層まで届けます。リフトアップ、首のシワやたるみ、むくみ、シワ、毛穴の引き締めにも効果があります。

Esthetic Salon Aian+ アイアン プラス
田辺市新庄町2744-58
セレナ・ヴィータビル2F
☎090-9589-3875
🕒10:30~18:00まで入店
📅水曜日
●完全予約制(予約は公式LINEにて)



百薬香 各1,430円



あの日の面影線香 各2,750円(5枚入り)



棒型10本入り 550円
お香クリップ 440円



ハーブセンス 各1,320円



香るキャンドル
アソート1,100円/M 1,100円/L 2,200円

ゆらぎの季節、
香りとグリーンに癒されて

日本伝統の香文化から生まれたお香の他に、天然のエッセンシャル配合のインセンスなどが豊富に揃っています。季節の変わり目で体調がすっきりしない、香りを探しているなら、ぜひ「香光」へ。

香光店内の植物は購入も可能です。上富田の「庭工房」さんが2週間ごとに入れ替えているから、どのタイミングで行っても元気ない状態で購入することができますよ。(価格は庭工房さんで買うときと同じ価格です)鉢との組み合わせも素敵なので、セット購入がおすすめです。植物だけというのでもOKです。

香りと折りの店 香光 かこう
白浜町栄610-1(JR富田駅前)
☎0739-45-1296
🕒9:00~17:00



かゆらぎ 各1,210円



STAFF募集!!

松島園 ホールスタッフ大募集!元気で明るい方、学生・フリーター・主婦(夫)・未経験の方も大歓迎です。
●交通費支給/時給:パート930円~・高校生900円~/勤務時間:9時半~14時・17時~22時 要相談/週2,3日OK・土日のみOK/定休日は火曜日/夜勤務はまかない付き
詳しくはお電話で TEL:0739-24-1618