

FREE IDEA WITH NO
STEREOTYPE IMAGES

ラカン

vol.292

Lacan Free Paper Manufacture

June / 2024



NEW OPENの店



完全
予約制

アンバサダー様宅体感訪問会

6/16sun

SHIRUSU ie
ame nochi kurashi

Heat20G3グレード in 白浜町才野 (※詳細な場所はご予約時にご案内します)

すでにお住まいのオーナー様宅に訪問できるイベントです。
普段の暮らしや快適さなどなんでも聞いてみてください。
平屋でコンパクトながら家事動線バツグンな
間取りも参考になります。



①10:00～②14:00 ※時間外もご相談ください。

おかげさまで
1周年を
迎えることが
できました!



DELICA&ZAKKA MOM.



11:00～17:00
TEL:0739-33-2069
日・祝 定休日
田辺市東山2丁目26-30
(加藤商会様となり)



詳細はInstagram、
LINE公式アカウントにて配信します!
ご予約もこちらからできます。

6/1 sat・6/2 sun
新築完成見学会

(Heat20G3グレード)
@上富田町南紀の台
完全予約制
詳しくはお問い合わせください

株式会社 山本建築工房

田辺市たきない町12-20 / Open 9:00～18:00
☎0739-25-5775 yamamotokenchikukobo.com

CAVO glassblowing workshop experience.

グラススタジオ カーヴォ

吹きガラス体験ワークショップ

毎週
土・日
開催



2022年6月に白浜町に工房とギャラリーをオープンしたCAVOが
3周年を迎えます。アート作品ではなく使う人が求めるもの、毎日の
暮らしの中に手づくりのガラスを、日本の食卓で他のものと喧嘩し
ないものであることを、という想いを大切にしながらガラスを創り続
けているCAVOから「吹きガラス体験ワークショップ」の紹介です。
溶解炉のガラスは1000°C以上の高温に熱せられ、ハチミツのよ
うに柔らかくなっていきます。鉄のパイプの先に巻き取られたガラス
に息を吹き込んで風船のように膨らませ、いろいろな道具を使い形
に作り上げる、あなただけのオリジナルグラスを作ってみませんか?
同じものは他にはない唯一無二のグラスです。一度体験をした方
の中にはリピーターも多くいるほど楽しく、深い体験です。

CAVO カーヴォ

白浜町2927-395 1F
☎090-3548-6330

☑工房 9:00～17:00

☑ショップ 10:00～18:00(木～日曜日)



MAP

開講日

毎週土曜日・日曜日
午前の部:10:00～13:00 / 午後の部:14:00～17:00
※満員になり次第受付を終了

料金

6,600円(税・送料込み) / 個
※作品を直接引き取りに来られる場合は
送料分のクーポンで還元



予約方法などは
QRコードから
ウェブサイトをご覧ください

次回 2024年
7月1日 発行

LACAN co.,ld 発行所: 株式会社ラカン 〒649-2211 白浜町2927-910
TEL:0739-34-7588 FAX:0739-34-7866 E-mail:lala@lacan.jp 撮影・デザイン: design ao
※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。

月刊ラカンの
バックナンバーは
こちらからどうぞ!





これ!このナポリタン!ガツンとくる濃くておいしい喫茶店ならではの旨さ。700円 / レシピも調味料もフライパンもバーグのまんま。少し落ち着いてきたら新たなメニューも登場するかも。チキン南蛮とか、チキン南蛮とか…(笑)

単なる懐かしさだけで来店を促すのではない 店の魅力は店主と客がつくるものだから

田辺駅前通りで昭和48年創業、50年間営業してきた「喫茶バーグ」を引き継いだ「喫茶キャラバン」が5月6日オープン。バーグのマスターとみっちゃんからレシピを譲り受け、調理の特訓の毎日だったという。キャラバン店主平川氏自身がバーグのファンで、特にナポリタンには深い思い入れがあるのだとか。「だからナポリタンは命がけ!あ、オムライスも命がけ。あ、もちろんコーヒーも」とにかく、すべてのメニューに命をかけてみなさんの来店を待っている。昭和レトロ感漂う「キャラバン」へ、ぜひ!



「商店街の人も、バーグファンの人も、高校生にも来てほしいです。年代を超えて同じ空間にいるというそのタイミングでいろんな話をしてくれるとうれしいなあ」



駅前という立地もいいので、世界に向けて喫茶店文化を知ってもらいたい!



オムライスがほんとおいしい。卵に包まれたケチャップごはんのおいしいこと。800円

田辺市湊15-7
☎080-4296-4212
🕒8:00~17:00(モーニング 8:00~11:00)
🗓️水曜日



喫茶 キャラバン



いろんな定食はあるが「ハムエッグ定食」は、多分ここだけ。800円

4.24
open

みんな待ちかねていた
夜カフェがオープンしましたよ



「クロックムッシュ800円」に目玉焼きを乗せた「クロックマダム900円」を注文。けっこうお腹ふくれます。



「僕自身が旅行でいろんな人に出会っているような会話をすることが宝物になっています。ラビヌは人と人が出会える場になってほしいなと思っています。だから、ゆっくりとしていてください」

ラビヌ

田辺市高雄1-2-53
(JR紀伊田辺駅より徒歩3分)
☎0739-22-3877
🕒19:00~23:30
🗓️不定休



Cafe Lapine

店主が旅先で出会ったフランス人 ネイサンはカフェを手伝うために来日した料理人。9月にはフランスに帰る予定なので彼が作るメニューを存分に楽しんで。濃厚なんだけど後味が軽いチョコレートケーキはめちゃおすすめ!650円



レトロな雰囲気の中ゆったりくつろげる店内は、先代が30年以上かけて集めたアンティーク雑貨がたくさん。夜カフェと言いつつ「お酒飲まないなら帰って」なんていう店もあるけどラビヌはいつでもウエルカム!いい時間を楽しもうね。仕事のあと、家に帰ってゲームかネットフリの毎日なんだという方々、いつもの毎日に少しの変化を取り入れるといろいろなことが変わるんだ、と気づくかも。

ひとこと 田辺、白浜に欧米からの観光客がたくさんきてくれていて、なんだかうれしいですね。街に賑わいがある、いい感じ。飲食店だけでなくスーパーやドラッグストアで買い物している人も多く見かけます。こないだ「ナットーハコレガイデスカ?」といきなり外国の女性に聞かれて「これがいいですよ」と、大手メーカーではなく赤いパッケージの田辺の納豆を勧めました。(田辺市/M・T)

ひとこと 温泉好きの私は外湯を頻繁に楽しんでいます。そこでつくづく思うのが、共同入浴のマナーを知らないというか、ひどい人の多いこと。さあシャワーをしましょうかという時に、20代のキレイな人が入ってきたのですが、立ったままシャワーでお股をゴシゴシ。跳ね返りの湯がこちらにかかるから一言言おうかと思ったら反対側にその母親らしき人が同じく立ったままゴシゴシ。どんだけ洗うねんというくらいゴシゴシ…。私は両方からお股の跳ね返りの湯を浴びていました。ひどいわ…(白浜町/S・Y)

緑豊かなガーデンの中にうまれたゆったりカフェ
あなたはどんな時間を過ごしますか

5.9
open

GARDENBASE CHILL



座り心地のいいソファやチェアが滞在時間を長くしてしまふ。「本当にゆっくりと過ごしてください。コーヒーだけで2時間も、という方もたくさんいらっしゃいます。幅広い年代のいろんな方々がここで出会い、交流して新たな何かが生まれると嬉しいです」



食材へのこだわりがぎゅっと詰まったランチ。日高のお米はご飯用に「きぬむすめ」、おにぎり用に「にじのきらめき」を使用。しらすは創業150年超えの「前福」さん、海苔は「田中海苔」さん、牛肉は美熊野牛の「岡田」さんと塩路家具代表が選び抜いたものばかり。写真はある日の日替わりランチ1,200円。分厚いサーモンがめっちゃくちゃおいしかった！



スムージーは新鮮なフルーツの風味が口いっぱいに広がり、思わず「んんん〜ん、シアワセ」とつぶやく。スムージーは5種類(季節によってフルーツは変わります)各770円:グリーンスムージー・ニンジンとオレンジ・キウイとバナナ・ブルーベリーとピーチ・いちごとバナナ/ペイクドチーズケーキ、フレンチトースト、クリームブリュレ、フォンダンショコラ、シフォンケーキなどスイーツメニューも揃っています。

街のランドマークを目指して進化し続ける「塩路家具」に、心地いいカフェ「CHILL」がオープンしました。カフェをぐるりと包む豊かなグリーンが心地良い空間を生み出し、ゆったりした時間が流れます。高校生が勉強をしていたり、パソコンを開いて仕事する人や、家族や友人とランチを楽しむ人…オープン以来、それぞれがCHILLで過ごす時間を楽しんでいます。

ランチは「おにぎり」と「日替わりランチ」、さらに1週間ごとに内容が変わる「週替わりランチ」があります。日高町のこだわりの米を使ったご飯はそれはそれは美味しく、おにぎり用と白米用でお米を変えているのだとか。「土鍋で炊くご飯が美味しいのは理由があるんですよ。美味しいお米は酵素の働きでデンプンが糖(甘み)に分解されるので甘みのある味わいになります。酵素の働きが活発になるのが40°C〜60°Cで、まさに土鍋がこれに適しているからなんです」なるほど！炊きたての土鍋ご飯の美味しさと手作りランチメニューの美味しさが合わさって、大満足となるのですね。インテリアや雑貨の買い物途中に、ちょっとゆっくりしたいなあという時に、ぜひ「CHILL」へ。

おにぎりは具材によって1個150円〜350円まで。プラス250円を出し巻き卵、小鉢、味噌汁がつけます。焼きおにぎり、おいしかったなあ…。



わんちゃん、猫ちゃんの用品を扱う「ぶひぶひ」のテラス席では、ペットと一緒にCHILLのメニューを楽しむことができますよ。



ガーデンベース チル
株式会社 塩路家具



御坊市湯川町財部673-3
☎0738-22-8861
☎ドリンク 11:00〜11:30 / ランチ 11:30〜14:00
ドリンク・デザート・スムージー 13:00〜17:00 (L.O 16:30)
☎火曜日

6.6
open

6月6日「梅の日」に
美味しくキレイを目指す
「梅づくしのカフェ」がOPEN!



ジンジャエールの生姜を使ったパウンド系ケーキはちょっと大人の味。米粉で作ったヘルシースイーツです。

福梅本舗



白浜町堅田2497-36
☎0739-43-0917
☎9:00〜17:00
☎無休



薄皮でたっぷりの果肉が特徴の紀州南高梅を熟練の職人が丁寧に漬け込み、どこよりもおいしい梅干に仕上げる「福梅本舗」に梅づくしのカフェが6月6日(木)オープンします!

印象的な壁画は、福梅本舗代表の大正生まれの祖母が70歳の頃に描いた「うめの生いたち」の絵本を元に、東京のイラストレーターが鳥獣戯画で再現したもの。梅の花が山々を真っ白に彩るところから梅取り、土干し、漬け込みを経ておいしい梅干に出来上がるまでが描かれています。「一粒の梅干ができるまでをこれを見ることで少しでも記憶に残してもらえたら」という想いが込められています。

さて、梅づくしメニューの一例をご紹介します。何種類もあるスムージーの中からオススメがマンゴーをふんだんに使った「マンゴーと季節の柑橘」と、思いきりヘルシーを求めるなら「小松菜とりんご」。もちろんどのスムージーにも梅のほのかな酸味がアクセントになり、とんでもなくおいしい!これまでの糖質高めが罪悪感さえ感じながら口にしていた物とも違います。梅が持つ効能を摂り入れながらスペシャルスムージーを楽しんでみてください。

他にも生姜と梅という最強コンビのジンジャエールやバスケットチーズケーキ、柔らかなクッキーなどのスイーツも要チェックですよ!

●7月7日、七夕の日には梅づくしランチメニューが登場!福梅の「福」にちなんで29品目の食材を使った、ここでしか味わえないランチです。お楽しみに!

●これから駐車場スペースの工事が入りワークショップも企画中。ワクワクが止まらない福梅本舗に目が離せません。



青梅のシャーベット、チーズのアイスも。深い味わいとおいしさにハマリそう! / こだわりの梅干と梅加工品が揃ったコーナーもお見逃しなく。

neneのお勧め商品や新商品をご紹介します!

nene's select

琉球グラス



「炎の芸術」とも呼ばれる琉球グラス。太陽や地球・海と夕日やイラブチャーの色合いをイメージした、鮮やかでとても綺麗なグラスが入荷しました。これからはますます日差しがきつくなり、へとへとなる季節。家に帰ってぐびっと飲みたくなる冷たい麦茶や晩酌のビール・焼酎など◎

父の日ギフト



6月のイベントといえば「父の日」。母の日は用意するけれど父の日は...というお声を、たま〜に耳にします。neneでは父の日ギフトもプッシュしますよ!美味しい!と好評の丸福珈琲店のアイスコーヒー&カフェオレペースト、コーヒーを美味しく飲むために作られた体にやさしいオーツミルク。その他にも多数アイテムを取り揃えています。お父さんに感謝の気持ちを込めて、ギフトを贈りませんか?

nene ネネ

田辺市末広町4-22 ☎0739-33-2502

🕒10:00~18:00 📅水曜日+不定休(Instagramでお知らせ)



あみさん・わかさん

身体にいい食材や雑貨のお店 量り売り「mog」のあみさんとわかさんに聞きました。

Q

塩分の摂りすぎは体に良くない。血圧のこと、腎臓のこといろんな病気の原因は塩分だと信じ込んでいた家族や友人に非加熱の塩をしっかりと毎日摂ることを勧めても聞く耳を持ちません。お医者様も塩分を減らさないでいるのに、あなた何をいつてるの?と血圧を下げる薬を飲んでる義母から叱られるほどです。どんな風に説明すればいいですか?
(幼稚園と小学生の子供を持つ母より)

A

世の中で「減塩しないといけない」と言われている塩は、塩化ナトリウムがほぼ100%の「精製塩」というものです。裏の表示を見れば、「イオン膜やイオン交換膜」と書かれています。私たちが提案しているのは「非加熱塩」です。こちらは、塩田にて太陽と風の力だけで水分を蒸発させ、1年以上の歳月をかけて作られるので、海水のミネラルバランスがそのまま生きています。私達の父も、20年間高血圧の薬を飲んでいましたが、この塩を摂り出してから(水筒に入れて飲んでもらっていましたが)、一切薬を飲まなくても数値が落ちてきました。足のつりもなくなりました。またお客様からは、「体温が上がった」「今月初めて、生理痛の薬飲んでも痛みがなくて、来月も楽しみになった」のお声が多いです。他にもたくさんお声を届けてくださいます。なんでも「本物」を摂ることが一番大事だと思います。お店に来ていただければもっと詳しくお話をさせていただくこともできます。ぜひ一緒にご来店ください。



次回からは、ほしかや陶器の店主 玉置さん。玉置さんに聞いてみたいことをラカンにメールしてください!

☎ lala@lacan.jp

STOCK OUTDOOR * COLUMN

路地裏から失礼しますっ #20



とある日、海外からやってきたご夫婦。うちのお店で、探してたサイズのリュックを見つけて超ご機嫌のお会計時、多分こんなことを話してるはず、ご主人(リュックがあつて良かつたね、これで熊野古道も心配なく歩けるさ)奥様「あなたのおかげよ、とてもいいわ」聞こえてくるのはチュパチュパと接吻の音。えっ会計時にします?店主「ご見てええかわからんやん。チャッチャッと見てたけども。」とある日、この日もリュックをお買い求めのマグダムがいっしょだった。いくつか試してお気に入りが見つけられたみたい。これまたお会計時に「lovely! lovely!とボクの方を見て言うもんだから、ボクもモチ期が来たのか!?と勘違いしちゃってThank youと心を込めて返したけど、よく考えてみたらそのマグダムはリュックのことをlovely(可愛い)と言ってますよね。店主のlovely要素なんてもうないぞ!

と云う英語の苦手な店主の奮闘記でした。でも色々な人とならなれないにもコミュニケーションを取れるのはちよつと楽しいです。この間、日本人のお客様にどこの国から来たんですか?と聞いたのはナインシヨの話。

田辺市下屋敷町18-3 ☎0739-34-3033 🕒11:00~19:00 📅水曜日



酵素と米ぬかに包まれることで全身がツルツルヒカヒカになり保湿力を高めてくれます。ガスや電気といった外部からのエネルギーを全く使用せず、微生物の発酵のみでのぬくもりは脳にまで癒しを与えてくれます。

酵素風呂 都き tsuki

ヒノキのおが粉や米ぬかの中に含まれる微生物が発酵する際に生み出される熱を利用して全身を温める温浴法です。下から熱を加えているのかと思うほどですが、自然発酵によって発生する熱はゆっくりと汗をかくことができ、身体を芯から温めることができます。微生物の力だけで60度~70度近くまで発熱しますが、体感45度くらい。砂風呂とは違い、ふつくと軽く木の香りがするの心地いい理由の一つ。約15分から20分横になっているうちにじんわり汗が出てきます。その時だけ温まるというのではなく2,3日身体がポカポカするのも特徴です。というも血行がよくなる上に内臓から身体を温め、腸内細菌や常在菌を整える効果もあるからなんです。何となく体調が悪い、肩コリや背中コリに悩んでいる、イライラや不眠、慢性的な冷え症などなど、気になる方はぜひ一度体験してみてください。



田辺市新屋敷町35-6 ☎10:00~18:00 完全予約制:ラインまたはインスタDM 📅水曜日(たまに臨時休業あり)



4.23 open

発酵の力だけでこんなに温かく気持ちいいの? 定期的に通う人が増加中 あなたも早めに、どうぞ



1回の入浴で2時間のマラソンと同じくらいの汗が。通常の汗だけでなく毒素の排出を行う脂線からの汗が噴き出てきます。基礎代謝が上昇し脂肪が燃えやすい身体になるのでダイエットとともに体臭予防にも効果があるとされています。



続けることで「免疫力の向上」「基礎代謝向上」「体質改善」が期待できます。いいことばかりじゃなく、本当にいいの?と疑いたくなるのもわかります。オーナー 美都希さんのお肌を見てください。毛穴を探しても見当たらない、つやとハリがすごい、お顔を見れば酵素風呂の良さがすぐわかります!

血行がよくなることで、顔色がよくなりツヤのあるしっとり肌になる。

定期的な酵素風呂に入ることで、長年の悩みだったシミやたるみ、肌質に変化が。私の場合エステサロンよりも効果大。

冷え症がかなり良くなり、夜もぐっすり寝れるように。

平熱が35度台の私。初の酵素風呂でしたが夕方帰宅した夫が「あれ、顔色いいやん。エステ行ってきたん?」と。翌日もすっきりと目覚め、ずっと身体が温かいです。

料金(お一人様) 初回限定:3,900円/通常:6,000円 お得な回数券:5回分 22,500円/10回分 40,000円 詳しくは、ラインまたはインスタDMで問い合わせを

お客様の声



ヘアスタイルって、その人の人生を変えるって改めて知りました。髪質が良くない、自分に似合う髪型はない、いつもうつむき加減で過ごしていた私の友人が、母親と一緒にいった美容室でものすごい変身をしたのです。リットとした髪はサラサラに、長年長い髪をひつつめていたのに、生まれて初めてのショートヘア。ものすごく似合ってる。以来、友人はどんどんキレイになっておしゃれを楽しみ「毎日最高」が口癖になりました。無理無理。私はできない。は、自分を縛ってしまうものですね。田辺市N・O



友人に「楽しいからとにかく聞いてみて」と言われ、安住紳一郎の日曜天国というラジオ番組のポッドキャストを聴き始めました。おもしろい!ずっと聴いてられるくらい。そのことを仕事仲間に話したら「年をとったらラジオを聴くようになるんですね。うちの母も最近ラジオ聴いてますよ」と…。なんてない会話だけど、その日1日、ラジオは聴きませんでした。