FREE IDEA WITH NO STEREOTYPE IMAGES ラカフ

September / 2024





9.15 23 mon

## F様邸 in 田辺市下三栖

①10:00~ ②12:00~ ③14:00~

(4)16:00~(5)18:00~ ※時間外もご相談ください。

約35坪/3LDK + FCL×2 C値:0.28cm/m²/UA値:0.37W/m²·K/Q値:1.19W/m²·K

モスグリーンのガルバにレッドシダー(板張り)・真っ白な漆喰を組み合わせた外観。 はっきり言って...「おしゃれです!」「かっこいいです!」

室内は自然素材の温もりを感じる優しい肌触りの無垢床をメインに、

可愛くてナチュラルな明るい空間。「そうそう、こういうお家に憧れてたの」

そんな声が聞こえてきそうな、素敵なお家です。ぜひ、実際に見て、感じてください!

F様邸はこんな家! 4人家族が住まう3LDK 回遊×家事ラク動線で 心地よさを育てていくお家



Sun JAさんとぶっちゃけトーク!

お金の不安解消&ここだけのぶっちゃけ話が聞ける特別企画!! そのついでに完成したお家も見てね!という1年に数回しかない 人気の企画です。あんな事こんな事、あなたが持っている さまざまな不安を解消してマイホームを手に入れましょう!

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







詳細はインスタグラム、 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。



DELICA&ZAKKA MOM.

11:00~17:00 日•祝 定休日 田辺市東山2-26-30 TEL:0739-33-2069





LACAN<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であれる<br/>であ



# Profile 大阪出身。兵庫県の大学を卒業後は奈良の地域企業に10年間勤 め、本・雑誌・ウェブ・動画の制作やイベントの企画運営、移住定住 の交流拠点づくりに携わる。2016年には奈良で「食べる通信」を 創刊。農家たちの生き方に惚れ込み、自分も地に足つけて生きて いくと決め、コロナ禍で会社を退職。現在はすさみ町に移住し、新 たな観光拠点「FRONT110」の立ち上げをサポート、アウトドア ツーリズムの商品設計や地域ブランディングなど伴走支援を行う ほか、地元漁師さんらとともに未利用魚の商品開発や新たな教育 旅行の形として「生き方を耕す」生業体験などに取り組んでいる。 私たちも兵庫から 移住してきました!

### SUSAMI & MINABE

私たちの日常には、海や山や川、大きな空、 美味しい食べ物、美味しい空気が当たり前にあります。 そんな日常が当たり前ではないということを教えてくれた2人を 今回の編集者 中村有沙が紹介します!



### 話を聞いた人: 中村 有沙(株式会社YeeY)

田辺市出身、在住。短期大学に進学後、京都で2年間過ごす。 約8年間、地元企業数社に勤めた後、今の会社と出会う。 リモートワーク中心のため、いつでもどこでも仕事ができ、日々ワーケーションをして過ごしている。 県外の人と出会うことが多く、その人たちからの言葉で「和歌山の魅力」に気付かされる日々。 地元和歌山の魅力を、地元の人に伝えられるよう、自身も勉強中。



人」にあると思ってて

んな濃くて個性が爆

輝

すさみ町 観光案内所 SUSAMI TRAVEL COUNTER FRONT110

フロントイチイチマル

すさみ町周参見4581-14 **C**0739-34-3200

■9:00~18:00(4月~9月) 9:00~17:15(10月~3月) 体 火曜日





https://sharelocal.jp

M minaguchi@sharelocal.ip

プロジェクトディレクター・編集

合同会社シェアローカル

共同代表/水の人

interview

源口さんの移住のきっかけになった、前職の後輩なっ ちゃん(写真手前)がお姉さんとやっているカレー屋さん! おすすめは「あいがけカレー」に「スパイス卵」のトッピン グ!スパイスが苦手な人にも食べやすいと人気です♪

すさみ町周参見4314-1

- ■11:30~14:00(売り切れ次第終了)
- 【本で休(インスタをチェック)
- ●予約はLINEから
- ●駐車場は「すさみ交通」の駐車場内に 入ってすぐ左に2台。満車の場合は すさみ町駅前駐車場を利用。

チキンカレー 750円/エビのココナッツカレー 850円/あいがけカレー 1,000円/スパイス卵 100円/大盛 100円 撮影で食べたのは、あいがけの卵トッピング。







2023年8月オープン。京都から移住 してきたご夫婦が営むカフェ。海を 眺めながらゆったりとした時間を過 ごせます。おすすめはハンバー ガー!バンズやパテも自家製。土日 はモーニングもやっていて、近所の 方や近隣のホテルに宿泊している 方にも人気!



すさみ町江住481-2 **C**090-1243-7275 置月・金 10:00~17:00/

- ± 8:00~20:00/目 8:00~17:00





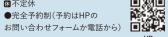
自家製ハンバーガー 700円/ バナナジュース 500円



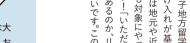




- 体不定体







2021年7月オープン。出身は大 阪、ニューヨークから移住。お 寿司はもちろん、一品ものがと ても美味しい!大切な人と特別 な時間を過ごすのにはピッタ リな空間。大将のお人柄にも ぜひ触れてみてほしいです。

メニューはコースのみ。 香 kaoru 6,600円/花 hana 8,800円/霧 kiri 11,000円(すべて税込)



「こんなことしたい!」を伝えてみてまずは、FRONT110に行ってもらって なお店を教えてくださ 」を伝えてみて

(がこのまち(す

# らく

言われてびっくりした。でも言われった時に、「顔が柔らかくなった」 してから奈良に

ど、これからは地元や近隣の地域の会からの受け入れが基本なんやけます。今は「親子地方留学」っていう都 人れもやって

# ね!この活

さみの市場 ラがカツオの値



んし。そこで

# 釣

れる

美味

# でも何かできるんですの人のイメージがあるん

興味のある方はぜ

プ

in MINABE

### 株式会社 YeeY 共同創業者 / 代表取締役 一般社団法人 日本ウェルビーイング推進協議会 代表理事

⊠ info@yeey.co https://yeey.co

由

田

# interview

勝浦での飲み会に参加しいところあるよ」と言われ、 は白浜に来ました。東京から飛行機 白浜だけじゃないよ、 そこから2年間ぐらいは白浜で色々 が飛んでること 初めてみなべに来た時の印象は たんだけど、ある日「和歌 たことがいなべと なく

# 「この土地の るな」と感じた。**イヤシロチ**(弥盛 こいうのかな、

り。周りからは、「表情がやわらかく なんて思ってもなかったから、これが自分が住所を東京からどこかに移す あるなのかもしれないけど、ご近所 なった」って言われたかな。自分では 番の大きな変化だね!(笑)あとは とか、ちょっと息苦しく感じ いたのは、 虫に慣れ 、山と海の繋がり と思うようになった いわゆる田舎ある か、畑やってみ ようなこと

# 9年12月に知人に誘われ

「つぼみのまち」かな。 しているって感じ。

うことの大切さ。「あなたは今日 夏)・伊勢市(蓮台寺柿)に広がり 三重県御浜町(みかん)・尾鷲市 べに初めて来たその日に、梅の収穫時 者がみなべを訪れ、梅収穫を手伝い 番長くやって た。今年の6月で3年目を迎えた は、のべ950人を超える参加 る、自然に触れる体験を から人連れて来 いたのが始めたきっか た。この梅ワ いるのは「梅収穫ワ ます。一次産業

いうこともあり、南部小学校の子達がやって本当によかったです。通学路と

たくさん来てく

近所のお店の

みなべに来て、何か変化はあった?

# それが貢献かと言われ してこなしたものは

あっても、

以外に何かい

覚。終わった後の頭のスッ 我夢中でひらう、没頭・没入す ただただ梅をひらう、

ョプサルも絶対

すや:お味噌はいつもここのを

# みなべってどんなまちっ

て、午後はワークという働き方をおすよ。だから私は、午前中に梅収穫をしその後の仕事が不思議と捗るんです

繋いでいくことが私の役割 。持って

では

街で、空き店舗をお借る うなんです -スのお店 ス屋さんをやって フレ みなべ中央通り商店 したよねっ

# もは、商店街に 人を呼び

、そこに御浜のみかんと尾鷲の ス屋さんをやり

## 最後に。みなべに来たらここに行っ 釆年もまたやりたいと思ってまた。期間限定のお店だったんです 釆年まで待てないか と言えることが、 なお店を教えてください!

兵衞:チャプチェが美味 :料理はもちろんのこと、

ぎるけ

## ARISA NAKAMURA

地元の人ほど、育ってきた環境が当たり前になりすぎていて、それが当たり前じゃないん だと、なかなか気付けないものです。お魚は海で泳いでいるところから、どうやってスー パーに並んでいるのか、梅干しはどんな風に収穫されて、どうやってあんなに酸っぱくなる のか、知っていますか?まちの商店も、飲食店も、どんなお店だって、ただあるわけじゃない んです。どんな思いでお店を開き、日々営まれているか、知っていますか?その裏側を知る と、きっと世界は違って見えるはずです。ぜひ、地元の人にこそ、改めてその価値や魅力 に気づいてほしい。そして、ぜひご自身の地元のことを誇りに思ってほしいです。 最後まで読んでくださり、ありがとうございました!



例えばウツボの揚げ煮。 ウツボが食卓に並ぶまで、 どんな工程があるか知っ てますか?これ、すさみで 知れます!体験できます!

慶應義塾大学卒業後、パソナを経て、米国コロンビア大学大学院 にて組織心理学修士号取得。日本GEにて人事マネジャーを経験

し、2008年ユニリーバ・ジャパン入社。2014年より取締役人事総務

本部長に就任。2017年に株式会社YeeYを共同創業し代表取締

役に就任。企業の経営支援や人事コンサルティング、組織文化の

構築支援などを通じて、日本企業のウェルビーイング経営実現に

取り組んでいる。自身も1年の半分近くをワーケーション先で過ご

すなど地域活性に情熱を燃やし、地方自治体の組織コンサルティ

ングやワーケーションなどのコンテンツ開発支援、地域住民の

ウェルビーイングを高める仕組みづくりを行う。また、内閣官房 行

政改革推進会議有識者議員をはじめ、内閣府、総務省、林野庁、

観光庁、その他 地方自治体などにも有識者として招聘される。

Profile

おすすめはチャプチェ。春雨が 太めで、モチモチで美味しい! サムギョプサルも絶対食べて ほしいです。



みなべ町北道311-5 **C**0739-72-3105

**17:00∼22:00(L.O 21:00)** 体月·火曜日



イントです!

爾不定休









みなべ町埴田1574-22 **C**0739-72-4998

万 作

高で、美味しい海鮮が食べたいならここ!

おすすめはお造りとごぼうの唐揚げ。大将のキャラも最



お造り盛り合わせ(上)ー 人前 2,530円/ごぼうの 唐揚げ 550円

創業明治43年。おすすめは金 山寺味噌!家の冷蔵庫には常 備しています。ちぐすやさんは 国産のものだけを使うなどこ だわっていて、そこも嬉しいポ

みなべ町南道53 **C**0739-72-2073 **9**:00~19:30

円/甘酒 1本450円/ 醤油 1本520円

## neneのお勧め商品や新商品をご紹介 nene's select

今月は「心と体に気持ちいい習慣」をお届けします!

### 鉄の健康鯛



鋳鉄でできたユニークな鯛は不足しがちな鉄分の補給にひと役買って くれるアイテム!鉄分が不足すると、息切れ、めまい、動悸や食欲・筋力 低下などなど…さまざまな影響を及ぼします。やかんに入れてお湯を 沸かすと鉄分が溶け出すので簡単に取り入れることができますよ◎/







私の30日茶

「私の30日茶」は日々の生活の中で無理なく、美味しく、楽しみながら 飲み続けられるよう、とにかく美味しさにこだわったハーブティー。こち らは1週間分なので気軽にお試しいただけます!心身の不調に合わ せてみては?/各 648円

### nene ネネ

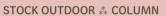
田辺市末広町4-22 、0739-33-2502 





田辺市本町「ほしかや陶器」の店主 玉置さんに聞きました。

- お金のない若い時に結婚したので食器は全部100均で買いま した。5回目の結婚記念日にダンナがいいお茶碗をプレゼント してくれて、やっぱりちゃんとした食器はいいなぁ、と思ってき て、食器をちゃんと揃えようと決めました。まず何から買えばい いですか?毎月一万円の予算です。子どもはまだいません。(田 辺市/26歳)
- 毎日よく使う食器から揃えていったらどうでしょうか。お茶碗を プレゼントしていただいたのであれば、次はお湯吞、お箸、マグ カップ…お皿やお鉢は大きさを変えて何種類か。これが意外と テーブルの雰囲気を思った以上に変えてくれます。大きなお皿 やお鉢が一つ二つあれば、お料理をひとつの器に盛って取り 分けたりするのにも気が利いています。お酒が好きであれば、 日本酒、焼酎、ビール、ウイスキーなどお酒に応じて陶器やガラ スの器を揃えてみると、よりお酒が楽しくなります。揃える順と いうよりは、必要なものを気に入った品物があるときに揃えて いけばいいと思います。器・食器とは言え、出会いが大切です。
- 夫の転勤で10月に引っ越します。お世話になった友達にマグ カップを贈りたいのですが、ラッピングはしてくださるのですか?
- マグカップは今人気の贈り物で、当店でも出来るだけたくさん 取り揃えるように心がけています。ラッピングですが、無料でし ています。そんなに大したことは出来ませんが、和紙で包装し て、のし紙をつけるか、リボンをつけるか。それを入れる紙袋も お付けしています。ご希望に応じてしていますので、遠慮なく 言って下さい。



## 路地裏から失礼しますっ

フリーマガジン「LiSM」9月号 16ページ の田辺市立美術館 展覧会のご案内に おきまして、作者と作品名が「佐久間美 智子《Breathing-VI》2024年 個人蔵」と なっていましたが、正しくは、「潮隆雄《天 空へのいざない》2006年 田辺市立美術 館蔵」です。お詫びして訂正いたします。

お詫びと訂正





下屋敷町18-3 **\**0739-34-3033 **11:00~19:00** 体水曜日

つに手がぬけません。美味しい釜揚げ しらすに仕上げるために妥協は絶対

小学3年生くらいの時、文集に「大人

になったらしらすの仕事をします」と

書いていたという、4代目 増田文彦さ

ん。21歳で家業につき、釜揚げを任せ

てもらえたのはそこから10年後とい う。「誰でもできる仕事ではないんで

ね。今は自分の他にできるのは親父と

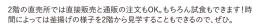
叔父だけです。全てが手作業なんで角

の状態がよくわかります。何と言っても

鮮度が一番ですから、作業の一つ一







ブランドである「磯間産のしらす」は月に1回〜2回くらいあが るとの事。一般のしらすに比べ2倍から3倍の価格であるにも 関わらず即完売となる。ライン登録の方だけに入荷のお知ら せを送るというので、右下のLINE QRコードから登録を!

はっきり言って、スーパーのしらすを食べて味が どうの、サイズがどうのと言うなかれ。釜揚げし らすのほんとの美味しさを知るにはやっぱりど こで買うかが大切。磯間の「増富商店」はしらす 漁の船が着くや始まるセリが終わるとすぐに加 工場へ。水洗いしたしらすを1.5%の塩水(海水 の約半分)を沸騰させた釜へ。浮いてくる不純 物(プランクトンやアジのこどもなど)を丁寧に 取り除いたら順に網で上げていく。この一連の 作業をひたすら続けていき、セイロに広げたし らすを屋上へ運び水分を飛ばす。海から30分 以内に釜揚げしらすが。 釜揚げ仕立てのしらすはフワッフワ、それでい

て噛みごたえもしっかりで「しらすってこんなに おいしかったん?!」と驚きと感動。決して大げさ に言っているわけではなく、これまでスーパー でしか買ってこなかったから知らなかった美味 しさとの出会いなんである。

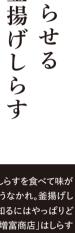
2階の直売所では高品質で新鮮な釜揚げしら すのほか、自社加工の干物も購入できると言う のだから、自家用だけでなく遠方への発送も可 能。紀州磯間の味を全国へ!

### 増富商店

田辺市磯間20-11 **\**0739-22-0572 **1**0:00~16:00 体日·祝日







る

さ

地元民

を

増富商店」

0

釜