

non rouge

2023 / **APPL** / No.216

素敵な出会いを叶える!

# 婚活のススメ



### (non rouge)

2023 April No 216 Contents

Publisher 小山 直文

**Printing** 株式会社プリコム旭川

Publishing 株式会社リー·プログループ 〒007-0863 札幌市東区伏古3条3丁目2-1 CJ SPTビル 1F TEL.011-299-2899 FAX.011-299-2926

E-mail info@ree-pro.co.jp

non rougeに掲載されている情報及び広 告は、広告主および情報提供主の責任に 基づいて提供、確認された内容を掲載して います。信頼できる内容を読者の皆様に提 供すべく、努力はしておりますが、その内 容をnon rougeが保証するものではあり ません。各種、お申し込み・ご購入にあたっ ては、適用される契約条件等を、十分ご確 認をお願い申し上げます。万が一、掲載情 報と事実が異なる場合がありましたらご連 絡ください。※解約や返金などを読者に代 わって広告主と交渉することはできません。 ご自身でご確認ください。

### 次号2023.5月号は 4月25日(火)発行予定です

WEBサイト





@non-rouge

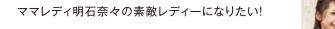


@nonrouge\_Beauty

アットコスメストアスタッフおすすめ アクセーヌ イノプス アクネケア特集

プロに学ぶ! 今日から使える婚活知識

# 素敵な出会いを叶える 婚活のススメ



- Naofumi Koyama presents philosophy on beauty ~美を探究する対話
- 編集部アラカワの気になるアイテム徹底リサーチ
- アネルズあづさの香りと美のエッセンス vol.2 花粉症対策と免疫
- Beginners Recipe ロールキャベツ
- ノンルージュ編集部がおすすめする! 休日を彩るお出かけ情報
  - 星野リゾート 春のお花見トリップ
- 読者プレゼント&アンケート投稿方法
- 食と文化のおいしい話







# 全身脱毛

# メンズ脱毛



お気軽に お電話でご相談 ください!

TEL.080-6862-2345

ウイングベイ小樽 2F-3番街≪エピットウイングベイ小樽店≫ 営業時間 10:30~20:00 定休日 水曜日

公式ライン登録でお得なクーポンをGET!







すべすべ素肌になれる!! 時短・自己処理から解放!!



### ウイングベイ小樽

Tel: 0134-21-5000 小樽市築港11番 WING BAY http://www.wingbay-otaru.co.jp/ ◆ クルマ: 札樽自動車道小樽 I.C. 降車、直後、右折すぐ。

◆ 駐車場 5,000台完備 1,000円以上のご利用で駐車料金5時間無料

◆ ショッピングゾーン10:00~20:00(イオン及び一部施設・店舗は異なります)

### アットコスメストアスタッフおすすめ

# アクセーヌイプノスアクタッフおすすめアクセーヌイプノスアクセータイプリスアクセータイプリスアクタックおすすめ

なかなか治らず何度も繰り返してしまう大人のニキビ。 そんなお肌のお悩みにおすすめなのが、アクセーヌのイプノス。 大人ニキビ肌を隠して防ぐ、とっておきアイテムをご紹介します!

### 薬用美白保湿液

ニキビの発生メカニズムとバリア機能の関係に 着目した薬用美白保湿液です。有効成分グリチ ルリチン酸ジカリウム、トラネキサム酸配合。ニキ ビや肌荒れ、シミを防ぎます※。セラミドポリマー& セラミドオイルがベタつかずに肌になじみ、バリ ア機能をサポート。つるんとなめらかな肌へと導 きます。

※メラニンの牛成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ

アクセーヌ イプノス シーバムクリア リペアセラム 【医薬部外品】50g 4.400円





SebumClean

ACSEINE

Serum



### Staff comments

スタッフ 前田さん

しっとり潤うけどベタつき感は残らず、メ イク前の保湿にも使いやすい! 有効成 分がニキビや肌荒れ、シミを防ぎます。 揺らぎやすいお肌も健やかに保ってく れるお守りコスメとして使いたい1品。

バリア機能をサポートし 肌を健やかに保つ薬用美白保湿液

### 洗顔料

Towden Wash

洗いあがりがつっぱらない、毎日使える酵素 洗顔料です。肌コンディションをすこやかに 保つ、整肌・保湿成分「ユキノシタエキス」 配合。天然由来の酵素プロテアーゼが汚れ を浮き上がらせ、植物センイから抽出したミ クロセルロースパウダーの働きで、やさしく除 去し、つるんとした美肌に導きます。

アクセーヌ イプノス シーバムクリア パウダーウォッシュ 80g 2.750円





### Staff comments

スタッフ 澤田さん

ニキビの原因となる、古い角質・毛穴の 汚れ・過剰な皮脂を優しくオフできる酵 素洗顔です! 毎日使用OK! 低刺激処方 なので「敏感肌だけど酵素洗顔どうなん だろ?」という方にもおすすめの1品です。

ニキビの原因※をやさしく除去して つるんとした美肌へ導く酵素洗顔料

肌が落ち着くみずみずしさで 肌荒れ・ニキビを未然に防ぐ薬用化粧水



### Staff comments

スタッフ 前田さん

ニキビの予兆に素早く対応し、未然に 防ぎます。角層へすみずみまで潤い、水 分油分の整ったみずみずしく健やかな 肌へ。毎日のニキビケアにおすすめの 薬用化粧水です。 



### 薬用化粧水

角層のすみずみまで浸透して潤しコンディション を整える薬用化粧水です。有効成分アラントイ ン、ビタミンE誘導体配合で、ニキビや肌荒れを 未然に防ぎます。保湿・角質柔軟効果をあわせ もつキトサンAHA※配合。バリア機能を健やか に保って、水分・油分のバランスの整ったみず みずしい肌に導きます。

※AHAは、配合成分グリコール酸

アクセーヌ イプノス シーバムクリア ローション 【医薬部外品】150ml 4.180円



ニキビを自然にカバーしながら 予兆にアプローチする薬用リペアクリーム



### Staff comments

スタッフ 澤田さん

色つき部分用クリーム! ニキビの赤み、 ニキビ跡、色ムラなど隠してくれるのはも ちろん、美白ケアまで一緒にできる優れ もの! 伸びもとても良いし、小さめのサイ ズでポーチに入れやすい大きさなのも◎!



IPNOUS

SebumClear

ACSE (DE

Powder

Wash

Repair Cream

ACSETTE



ニキビをカバーしながら、未然に防ぎ、シミ※にし ない、ベージュタイプの薬用クリームです。のび の良いクリームが、塗布した瞬間サラサラのパ ウダーに変化するウォーターインシリコン処方。 肌に負担なく自然にカバーできます。朝のメイク 時や、日中のメイク直しのときに。メイクの上から も使えます。

※メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ

アクセーヌ イプノス シーバムクリア リペアクリーム 【医薬部外品】6g 2.970円





@cosme STORE TSUTAYA 札幌美しが丘店 〒004-0813 札幌市清田区美しが丘3条4丁目1-10 営業時間 10:00~20:00









### 毎週土曜日は全商品5%ポイントバック!

@cosme STOREでは毎週土曜日、@cosmeポイントが5%環元となるお得なキャンペーンを 通常、お買い上げ100円(税抜)につき1ポイント貯まるところ、5ポイント(5円分)還元。 貯まったポイントは1ポイント=1円分からご利用頂けます。お得な機会にぜひご来店下さい★

05 non rouge

# 素敵な出会いを叶えると

男女比はどうなってる?

## 比率はどちらもほぼ変わらない

婚活サイトの男女比は、男性4:女性6~5:5が平均です。女性は無料、男性 は費用アリという仕組みが多いので必然的に女性登録者が多くなるようです。

結婚相談所は<mark>男性4:女性6。</mark>結婚に対する意識が女性の方が高いため 女性比率が高くなっています。男女共に「収入証明書・独身証明書 | 等の公 的証明書類の提出が必須で、結婚に対する本気度が高く、条件面でも安心 できるので、結婚相手探しに慎重な女性に特に人気があるようです。

### 料金はどれくらいかかるの?

## 利用料金には大きな違いあり!

婚活サイトの料金は平均月3,000~4,000円程。女性無料というサイトも多 く、お財布への負担がほぼない状態で婚活出来るのが大きなメリットです。ただ、誰 でも気軽に登録できてしまうので、本当に結婚したい異性を探し出すのに労力が 必要になることも。

結婚相談所は平均初期費用30,000~70,000円、月12,000~15,000円程。 仲人のサポート(面談・紹介等)のサービス料が加算されているので婚活サイトよ りは割高です。また、結婚に至った場合、10~20万円程度の成婚料がある場合 が多いです。気軽にとはいかないものの、真剣な出会いを望むなら結婚相談所の 利用は大きな一手となります。



## 【結局のところどっちを選べばいい?】



# 「いつ結婚したいか」によって選ぶべき

特に結婚を急いではいないという方は婚活サイトや婚活パーティー、1年以内に 結婚したいという方は結婚相談所をオススメします。それぞれの利用料にも大き な差があるため、今の自分自身の状況や気持ちを踏まえた上で選んでみて下さい。 ただ、年齢によって婚活のしやすさはかなり変わりますので、結婚したい気持

ちが少しでもあるのならばなるべく早めの行動を!



non roug ホンネの話

1

### 結婚相談所とネット系婚活の違いって?

## サポート・保証の有無がポイントリ

ネット婚活はインターネットを利用して結婚相手を探す活動全般のこ と。最近ではマッチングアプリの登録者数が急上昇しています。手軽に 始められ自分のペースで婚活できるのが人気の理由です。ただ、結婚相 手というよりは恋人を探すカジュアルな目的で利用している人が大半な のも事実です。

結婚相談所には仲人(なこうど)のサポートがあり、早期成婚の実現が 可能。本人証明書や独身証明書等の提出が必須で、真剣に結婚したい 会員で構成されているため、結婚相手を見つけるのには最適です。仲人の フォローがあり、婚活が上手く行かない方には解決策アドバイスや、交際 中の二人の仲を取り持つこともしています。



### 成婚率が高いのはどっち?



# サイトと相談所では確率も定義も違う!

婚活サイトの成婚率はなんと約2%前後。婚活サイトの場合は、あくまで「交際成立 がゴール」です。そのため交際成立後に結婚まで進んだかを調べることが難しいので、 当然割り出される成婚率は低くなります。

対する結婚相談所の成婚率は約20%前後。仲人のサポートがある相談所では20% 以上の高い数値を記録しています。結婚相談所の成婚率は入会1年以内に成婚した 人÷全会員数で算出されており、早期に高い水準で成婚していることが特徴的です。

07 non rouge non rouge 06 「本当に大切と思える人と結ばれたい」

そんな貴方を結婚に導くお手伝いをします。

プロに学ぶ! 婚活を成功させるための

周りが結婚して焦りを感じたり、親から

言われて婚活を始める方も多いですが、 実際に結婚するのは自分です。誰かの

non rouge &

ホンネの話/

備。婚活をしている方に意外と多いの

気持ちを

間

婚活もポイントを押さえておくと効率的に進みます。 ぜひ今日から実践して頂きたい、"4つの準備"をご紹介します!

> 気持ちの準備ができたらお相手探し の身だしなみ準備です。初対面の異性 に受け入れてもらうには清潔感や身だ しなみが非常に重要なポイント。どんな 美男美女でも、不潔だとそもそも近寄 りたいとも思われません。逆に、キレイ に整えられたヘアスタイル、手入れの 行き届いた靴・洋服、キツイにおいがし ない異性だと、元々の顔の作りなどは 関係なく、きちんとした素敵な人だな、と いう印象を持つはずです。まずはスター ト地点に立つために身だしなみをきちん と整えましょう!



たいしという声をよく聞きます。ただ、需要 と供給、適材適所という言葉は婚活の 場でも同じ。高い理想を掲げるならば自 分もそれ相応の努力をしなくては手が届 きません。現実は自分の手が届く範囲内 にあります。相手を一から知っていかなく てはいけない婚活の場に、自分の価値 についてよく理解せずに挑もうとするの は少々無謀です。とは言っても自分の価 値なんてよくわからない…という方は、 様々なマッチングを見てきた結婚相談

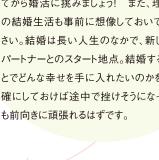
解

す

る

自

に行かなかったり、異性とマメに連絡を 取らなかったりという行動です。出会い の場に行かなければ何も始まりません し、出会った異性に連絡を取らないと見 放されてしまいます。時間はスケジュール 管理をすれば作れます。ダラダラ婚活は 時間もお金も浪費してしまいます。婚活 をすると決めたらしっかり婚活の時間を 値 作って、「いつまでに結婚する」か期限を 決めて集中して活動しましょう! 理



身だしなみが整ったら次は時間の準

が、「時間がない」と言って出会いの場

も前向きに頑張れるはずです。

ためにすることではありません。「自分が 本当に結婚したいのか」まずしっかり考 え、結婚したいという意志をしっかり持っ てから婚活に挑みましょう! また、理想 の結婚生活も事前に想像しておいて下 さい。結婚は長い人生のなかで、新しい パートナーとのスタート地点。結婚するこ とでどんな幸せを手に入れたいのかを明 確にしておけば途中で挫けそうになって

結婚するなら「条件のいい人と結婚し

所のスタッフに相談してみて下さい。

# KT三条ビル2階 TEL.0570-085-999

∖∖ あなたの理想の結婚を私たちに教えてください。 //

解決していくのが私たちの役目と思って

び専属アドバイザーが在籍、会員様をサ ポートしております。是非、安心して当社

でパートナーを探してください。

地下鉄すすきの駅より徒歩2分

札幌市中央区南3条西2丁目6-2

### WhiteMarriage(ホワイトマリッジ) / TEL.0570-085-999

◇期間中ご入会頂いた方 入会金 30,000円引き

◇ご紹介の方 ご紹介頂いた方のご入会後に お礼のギフトカードをプレゼント!

のお見合 を実

4月末日迄有効·新

non rouge 08

# **PROFILE**



MamaLady 明石 奈々

1988年生まれ。札幌在住。 株式会社MamaLady代表 取締役。モデル・タレント・ YouTuber等幅広く活躍中! 1児の母。

@mamalady\_nana\_akaishi

what is MamaLady?

「ママになってからの人生 を思いっきり楽しもう!]を テーマに札幌を拠点に多く のママへHappyを届ける イベント会社。全ての女性が ママになってからの人生を 楽しめる未来を作りたい、 関わってくれた方が全員 ハッピーになってほしいという 想いで『MamaLady Box』 というママなら全員もらえる プレゼントを配布中。

@mamalady.sapporo

go to next! 次のページへ! 読者限定特典は

細かい部分の先端の吸引管をはんと毛穴はなんと毛穴は 分の汚れもしっかり吸引します。引管は3種類あり、小鼻などの穴は顔だけで20万個以上!!とい機器を使って取り除いていきます。と、気になる顔全体の毛穴の汚れを 毛穴 \*パイプルーション





※写真撮影時のみマスクを外しています。

ママレディ 明石奈々の

32П

ゾンビパッ クに挑戦-

気になるお店に足を運び体験レポートしちゃいます。会社社長で一児の母でもある札幌在住の明石奈々が、

11 nonrouge

### さっぽろの女性を応援するフリーマガジン

# フリーマガジン 広告掲載してみま ノンルージュに 広告掲載せんか?

広告や記事の掲載先をお探しの企業やお客様のご相談を承っております。 幅広い世代に読まれているノンルージュ。掲載料金などお気軽にお問い合わせください!





札幌近郊のスーパー ドラッグストア、 カフェなどで設置♪ 每月約35,000冊 発行しています。

お問い合わせ先

**10** 0120-260-667 **10** info@ree-pro.co.jp



★ha・na・vi ★YouTube★ ※都合により放映時間や番組内容に変更が出る場合がございます。

街頭ビジョンでファンの皆様のメッセージを放映しよう!

アーティストの誕生日やお祝い事、応援など、一推しメッセージを放映します

応援広告受付けます!!

●お問い合わせ・お申込みは MEGA HP まで



Facebook: www.facebook.com/SapporoDomannak

TEL,011-280-3330

WEGA、株式会社メガ・コーポレーション

〒060-0042 札幌市中央区大通西6丁目10-1 大通西6ビル 6階

■企画 / 運営:株式会社 ODA プロダクション

●お問い合わせは

「エンタメステーション in 札幌ド真中」放映ビジョン

### 体験を終えて…



持続。下地もピタッ す。ゾンビパックって名前は驚くけど私は顔がきゅ と密着しお化粧がヨレず 。たった 20分のパックで数日間こんなツヤツヤになるなら -ンが均|に! -って寄るくらい圧がかかってきたって感じで 乾燥に悩んでる方におすすめで も潤い



Today's Code

ブラウス:UNIQLO ジャケット: 109ブランド バッグは新しい MamaLady bagの サンプルです!



であてくいる お得でする お得でする

へださい。 つださい。

ねッ

# ノンルージュ読者特典 ♥

ゾンビパック 70分コース 初回お試し価格



たたが... たるが... アみ、

0

また

※予約の際、「ノンルージュを見た」 と伝えるか、こちらのクーポンを切 り抜いてお持ちください。

「明石奈々の素敵レディーにな ご連絡ください。 ※掲載には審査がございます。

エステ・デ・グランデ

お問い合わせ先

**5** 011-522-5856

札幌市中央区南2条西3丁目1-7 MODAビル3階

https://grande5856.jp/

エステ・デ・グランデ

検索

### 揭載店募集中!

りたい!」では、体験させてくれる お店を募集しています。詳しくは 公式LINE@[non-rouge]まで

13 nonrouge nonrouge 12

フッ トクス

ップ効果も期待できます-マッサージをしながら剝が

す

の

で

っるが

トーンア アーンア

トり

,ップに みると

<



Guest

株式会社OHANA 代表取締役

## 泉波 真由美様

札幌市出身。株式会社OHANAを設立。 OHANAとはハワイ語で家族を意味し、 お客様もスタッフも家族のように寄り添 える関係性をモットーとしている。2021 年2月にはasian relaxation villa札 幌中央店をオープン。完全個室のリラク ゼーションサロンとして、癒しの空間を 提供している。 @ asianrelaxationvilla.s

**Navigator** 

株式会社リー・プログループ 代表取締役CEO

### 小山 直文

宮城県工業高校電気科卒業後、東芝エン ジニアリングコンピューター部門で5年 間、システムエンジニアとカスタマー エンジニアを兼務、福島第一原発、第二 原発等を担当。その後、1993年に株式会 社リー・プロを設立。サロン経営から始 まり、美容機器、化粧品メーカーの経営者 であり、トップエンジニア。

# 美を探究する対話

美容総合メーカー社長であり開発者として 美容業界30年の小山直文が ゲストの美への想い、理念、こだわり… 美の哲学(philosophy on beauty)を探ります。 JR桑園駅 目の前

# 愛犬のトリミング専門店 [サロン・ド・ミッチェル]

桑園駅前にオープンした犬のトリミング専門店。プロのスタッフが大切な ペットのトリミングをいたします。オゾンマイクロバブルシャワーを使用すると、 毛穴の奥までしっかりと汚れを落とし、臭いも残しません。

シャンプー 爪きり 肛門線絞り込み オゾンマイクロバブルシャワー込み

チワワ(ロング)············5.000円 シーズー・マルチーズ······6.500円 M·ダックス(ロング)·······**5,500**円 トイプードル········**7,500**円 -6.000円 ゴールデンレトリバー ……11.000円 オプションメニュー

[炭酸泉温浴] +1,000円 [爪切り] 1,000円 [耳掃除] 500円 [歯磨き] 500円 [薬用シャンプー] +500円~

salon dé mitchel

[営業時間]AM10:00~PM6:00 [定休日]毎週水曜日

札幌市中央区北10条西15丁目クリーンリバー桑園駅前1F

http://www.mitchel.jp/



### 1to ほどしが

桑園店/北のたまゆら桑園内 TEL 090-2815-3005 厚別店/北のたまゆら厚別内 TEL 090-9432-3007

○営業時間 [桑園] あさ10時~よる11時 [厚別] あさ11時~よる11時 (受付終了:よる10時まで)



東苗穂店/北のたまゆら東苗穂内 江別店/北のたまゆら江別内 TEL(共通) 090-5417-0088

[東苗穂・江別]あさ11時~よる11時 (受付終了:よる10時まで)

では 年中無休

**営業時間** [桑園]あさ7時~よる1時(受付終了よる12時) [東苗穂]あさ8時~よる1時(受付終了よる12時) [厚別)あさ8時~よる1時(受付終了よる12時30分) [江別]あさ8時~よる1時(受付終了よる12時)



全店舗 年中無休 シャンプー・ボディソープ完備 ※メンテナンスのためお休みの場合があります。
※一度ロビーに出られますと、再度ご入浴料がかかります。

札幌市東区中沼西1条1丁目11-10 TEL011-791-6666



札幌市豊平区西岡4条3丁目7番45号 TEL011-857-2626

北のたまゆら厚別

### モンなのですが、人に触れ ています。これは、恋愛してしホルモンが出ると言われ ロンを始められたきつかけ 小山 必要と感じた仕事 などは、自分で体に少し圧 中力が切れそうになった時 した。お仕事が忙しくて集 ということがわかってきま ほど心にもいいものなんだ 思ったことがきっかけです 社会のお役に立てればと の出来ない仕事で、ストレス ういった機械では癒すこと も放出されるそうです。そ る揉みほぐしの施術などで キンシップによって出るホル れることで、『オキシト た事です。 必要とされる業種だと思っ を教えてください。 が再び高まる効果もあ をかけてあげることによっ んを撫でている時などのス いる時やお母さんが赤ちゃ ン』という愛情ホルモン、癒 リフレッシュして集中力 一番は、この先も人に リラクゼーションサ 実際にお客様はど で、『オキシトシ。人が人の体に触 その美しさには理由がある! ゲスト様のキレイの源をご紹介 小山 質 泉波 対して心掛けてい 時 < 来店されるのでしょうか。のようなことを求めてご ることはありますか。 んあります。 が他にもたくさ 面でも良い部分 んですが、7 ます し、メンタル お客様のお身体に お客様に

# 人が人に触れることで生み出される ての方が生き生きと過ごせるように。

# 癒しの 効果で心身の健康をサポ **|**

宅では質の良い睡眠がとれ には寝に来られる方も。自 求めてご来店される方が多 そうですし、癒しの時間を 睡眠の質がわかることもあ とれない方は多いんですね。 れることがあります によって睡眠の質が改善さ なくても、体の揉みほぐし しにくる方もいます が悪そうだなと感じた いらっしゃいます。お話を 家では満足に睡眠が 。触った時に睡眠の 体の張り方によって 体の不調の緩和も ね。 し、中

愛情

ホルモンの分泌が

効果をさらに高める

うですかと聞く も、睡眠の質はど 方には聞いてみる 間は寝ていて ちょっと眠り \ 8

> です。緊張して体に力が が浅いかなっていう方がよ と眠れない原因のひとつに 流も悪くなるのでぐっすり 肉のコリ・ハリに繋がり、 キリしていないという状態 起きたら体が痛いとかスッ る間も体が緊張状態で、 なります。そこで体を揉み 入った慢性的な状態が、 くいらっしゃいますね。寝て 朝

ш 筋

きます。

質を高める効果が期待での循環が良くなり睡眠のほぐすことによって、血液



泉波 すね。

分を大切にされているんで

山

癒しという心の部

悪い事も で蒔いた種 人生は自分で 作っていける

on beauty

泉 波

真由美

応報

中心で、

たちのサロンは病

というのは心と体のケアに 、リラクゼ 整体は体のケア 体や病院へ行かれ を求める方は整 体の不調の改善 なります。なので ると思います。私 ・ション が

は、心にも影響があるんで

を感じる効果などでも 意識のうちに体が幸福感 てあげることによって、 揉みほぐし、人に触れて として、体の疲れもとるけ ませんが、リラクゼーション 院ではないので治療はでき ホルモンを脳から分泌させ 『オキシトシン』という愛情 れど心の癒しも両方から しを提供しています。 筋肉をほぐすこと しています。体を 癒 無

一般的に揉みほぐ

泉波 すね。 は、体の健康のためという

いますが、調べれば調べる ふうに認知されていると思



ゴルフ

ゴルフはリズム運動によって『セロト ニン』と言う幸福ホルモンが出るの でリフレッシュしたい時に練習やラウ

ンドに行って自分の機嫌とりをしてい

ます。

友人との楽しい時間

美味しい食事と美味しいお酒も大好 きです。お友達と食べて飲んで話し て楽しい時間の共有も私には欠かせ ない一時です。



### 家族

大切な家族が居るから頑張れます!

体を動 波 か。 ゴルフで かすこと

るから、周りにもやさし

philosophy

因果

が溜まったなと思ったら打時間になるので、ストレス で、頭 ちに行きます。 す。他のことを忘れられる がスッキリするんで 入ってこない の

寄り添うことを心掛けてい

て、首ばかりを施術すれば

よいという事だけではな

ね。スト 泉波 いっている人って幸せそう 取れていて、心に余裕があ よ。自分の時間がちゃん なオーラが出てるんです と思うんですけど、うまく もイライラしてる人も多い た方はいらっしゃいます 今まで影響を受け 幸せそうな人です レスが溜まっていつ か。

せていただいています や習慣をお聞きし施術 ただける様、生活スタイ

さ

し、少しでも、楽になってい

あります。お話をお聞き

原因が他にある場合も

心身をいつも元気に

レスを溜めず

シュはどのようにされてい

山

ご自身のリフレッ

けています。 レスを溜めない生活を心掛 きなものを食べるなどスト は心に余裕を持って、楽し うあるために、自分もまず 気遣いできるんですね。そ 時間は全力で楽しみ、好

は余計な雑念が ですね。プレー

中

泉波 たいと思っています。 癒しのサポー 過ごせるよう、これから が自分らしく生き生きと になっています。すべての方 励みになり、私の元気の源 と言っていただけることが くなった!」「楽になった! のような時に感じます お客様に「体調が良 本日はありがとう お仕事の魅力はど トを いき か。 も

ございました。



## 機能 従来のトルネードミストに加え、新発想の2つの水流を搭載



### New! リングストレート

中心部が空洞になった状態の3本の水流。 隙間洗浄に優れていて、CMでおなじみの歯 間洗浄もできます!勢いがよく、しつかり汚 れが落ちている感じがするのに痛くないの も嬉しい! ※歯間等の洗浄に使用する際は水の勢いを 調整して行ってください。



### New! スプラッシュストレート

2本の水流が衝突することによってスクリュー状態で吐水されるスプラッシュストレート。ほどよい刺激が心地良く、特に頭皮に使うとスッキリする体感があります。ヘッドスパにも最適なので、これなら頭皮のお悩みも改善されそう!?



### トルネードミスト

1か所の吐水口あたり、1秒間に約2,000回転という高速うず流がウルトラロファインバブルを生成。広がりのあるミストが、やさしく洗浄します。3種類の水流の中で最も柔らかく、洗顔に適しています。顔を触らなくても洗えるので、お肌にもやさしいのが魅力!

# 愛用者の声

### この1本で、充実のバスタイム!

ミラブルは初代から愛用しています! 新たに登場したリングストレートはボディに使っています。子供3人との入浴で慌ただしくても、しっかりと汚れも落ちてお肌は乾燥知らずです。トルネードミストは、洗顔後に♪ 本当に優しい水流なので、子供もとても気持ちよさそう



ただのシャワーにと どまらない多機能さ! 毛穴汚れもしっかり 落ちて、頭が軽くなっ た気がします♪





株式会社リー・プログループ がはない くくず にっして しょいり りんじ とうインストラクター 小山内さん で必要不可欠なアイテムとなりました!



ミラブルZeroを ご購入頂いた方に<mark>!</mark>

# またか。キャンペーン

今ならご注文の際に「ノンルージュを見た」とお伝え頂くと、薬用入浴剤「木の香」、もしくは「スリマスールミスト」お一つをプレゼント!数量限定につきなくなり次第終了のため、ご注文はお早めに!



### 医薬部外品入浴剤 木の香

生薬末、ビワ葉エキスなどの天然 保湿成分のほか、グリチルリチン 酸2K配合で美肌&健康に導いて くれる薬用入浴剤。(560g)

どちらか or 選べます!

### スリマスール。ミスト

「塗る筋トレ」と呼ばれる、まるで有酸素運動をしたかのような作用を起こす物質「アクティジム」を5%配合したボディ専用ミスト。(120ml)



商品の 大株式会社リー・プログループ 2000 0120-260-667(受付時間 10:00 ~ 18:00 月~金曜日) で購入方法 / 「ノンルージュを見て…」とお問い合わせください。 図info@ree-pro.co.jp メールからのご注文も承ります

### 編集部 アラカワの

# 気になるITEM徹底リサーチ

雑誌やSNS、広告などの様々なメディアで取り上げられるアイテムをノンルージュ編集部スタッフが徹底調査!

今月のお悩み… 頭皮のかゆみを改善したい /

CMでも話題沸騰中のシャワーヘッドのシャワーへッドの洗浄力を調査!



### 調査員

### ノンルージュ編集部 アラカワ

混合肌。20代の頃にスキンケアを怠ったせいで、30歳を過ぎてからお肌の悩みが増加。特に乾燥・毛穴の開き・赤ら顔などが気になる。



## 調査するアイテム ミラブルZero

ミラブルZero ウルトラファインミスト 49,390円(税込)

何かとゆらぎやすい 春…頭皮のかゆみ も気になるかも…





350gと通常のシャワーヘッドと比べると 少し重めですが、そこまで気になりません!

見た目 ····· Good

重 さ…… Excellent!

コスパ ······ Excellent!

# **効果** ウルトラファインバブル が

隅々まで汚れを洗い流す!



ウルトラファインバブルとは、人間の目では見えないほど微細な泡のこと。ISOで定められた国際標準規格で、マイクロバブルより小さく、物と物の隙間に入り込む特性があるため様々な洗浄に利用されています。さらに、付属カートリッジの「トルネードスティック」を付けることによって、このファインバブルの量が増加!洗浄力がアップします!

## 使いやすさ ストップボタン 搭載で 吐水・止水が楽々!



片手で簡単に吐水・止水の切替ができて便利♪ 節水効果も期待できます!

※機器の故障や破損を考慮し 完全止水ではありません



### 花粉症予防として活用できる アロマエッセンシャルオイル(精油)



花粉による症状などを予防するためには、まずつらさが出てくる前から予防として活用すること が大切です。予防・改善としても、常にアロマ(精油)をお部屋の中やマスクなどで活用すること や、鼻からの呼吸を整えることは自律神経のケアとして心身のバランスにも働きかけ、睡眠やリ ンパの流れもサポートします。使用方法としては、熱したり水を加えないディフューザーがおす すめです。肌の状態が乾燥や痛みなど敏感に感じたり、アトピー性皮膚炎などの症状がある場 合には、アロマ(精油)は刺激となりますので、肌に塗布することは避けてくださいね。

\*純粋なアロマ(精油)は、熱に弱く水に溶けない性質を保持します。熱しても香りが強く持続する場合や、水に溶けるア ロマ(精油)は違う特性を持つ香料となりますのでご注意ください。



【精油】EUCALYPTUS NARROW LEAF ユーカリナローリーフ (Eucalyptus radiata)

抗菌や抗感染作用に優れ、「肺を開く」という代名 詞をもつほどに爽快感を与えてくれるユーカリナ ローリーフは、葉から抽出されます。



【精油】LEMON

レモン(Citrus limonum)

鎮静作用と抗炎症作用に優れ、鋭くハッとするよう な爽快感を与えるレモンは、果皮から抽出されます。



【精油】CEDARWOOD シダーウッド(Cedrus atlantica)

抗感染作用や去痰作用に優れ、壮大な大地を感じ させる温かい香りを与えるシダーウッドは、木部から 抽出されます。



【精油】LAVENDER SPIKE スパイクラベンダー(Lavandula latifolia)

循環促進作用と抗菌作用に優れ、爽快さと甘さの バランスを与えるラベンダースパイクは穂と葉から



【精油】SPEARMINT スペアミント(Mentha viridis)

抗感染作用と抗カタル作用に優れ、甘さと芳醇さの 中にやさしい爽快感を感じるスペアミントは、葉から 抽出されます。



【精油】TEA TREE

ティートリー (Melaleuca alternifolia) 抗ウイルス作用や抗真菌作用に優れ、優しい苦味 と爽快さのバランスを兼ね備えたティートリーは、 葉から抽出されます。

### おすすめのブレンドレシピ



### 呼吸をスムーズにケア

爽快さと優しさのある安心感を感じる香りで、 すっきりとしたブレンドです。



SPEARMINT

**EUCALYPTUS NARROW LEAF** スペアミント ユーカリナローリーフ (Mentha viridis) (Eucalyptus radiata)



CEDARWOOD シダーウッド (Cedrus atlantica)



### 免疫強化と呼吸のバランスケア

苦味と甘さと爽快さが融合した香りで、 呼吸と心身を整えるサポートをするブレンドです。



【精油】 LEMON レモン (Citrus limonum)



LAVENDER SPIKE スパイクラベンダー (Lavandula latifolia)



【精油】 TEA TREE ティートリー (Melaleuca alternifolia)

画像は株式会社Blue ink提供。©2023Blue ink Inc.



### ARTO INSTITUTE アロマティーク インスティチュート

2001年から多くの専門家を育成しているアネルズあづさ氏が校長を務めるスクール。 嗅覚・香り・アロマセラピー・自律神経バランス・マタニティケアなど実践につながる理論 とケアを学び、現場で活躍できるセラピストの育成を目指します。

https://www.artq.institute/ @ artq\_institute\_forum

[ARTQ ORGANICS直営店舗]

ARTO ORGANICS (ORGANIC STUDIO & THERAPY ROOM) アロマティーク オーガニクス〈オーガニックスタジオ&セラピールーム〉 東京都港区南青山5-12-19 1F TEL.080-6577-0956 @ artq\_organics\_shop



[東京支社]東京都港区南青山 5-12-19-301

https://www.artq.jp/ @ artq\_organics





自然の香りがもたらす効果は幅広く、可能性に満ちています。

アロマセラピストのアネルズあづささんがご紹介します。

今月のテーマ

日々の暮らしに取り入れたい、美と健康にまつわる香りについて

花粉症対策と免疫

アネルズあづさの

# 香りと美のエッセンス

私たちを悩ませてい

る花

粉症の

と感じていませんか?

、花粉が原因 しゃみを生じ

[となって させるア

鼻

水

まざまな症状の原

症状を伴うことも多く 。こういった症状のつらさは、単に

油と香りを活用し が、私たちがアロマセラピ・ を試されている方も多いと思います 免疫機能の働き 私たちの生活習慣に直結する 、マスクなど、さまざまな予防法 たケアで注目 免疫機能は、 メガネやゴ あるという 症状は

アロマセラピスト

Profile アネルズあづさ

医学博士 / 株式会社Blue ink代表取締役

妊産婦とベビーの補完療法を中心に3年半の英国

留学後、2000年に有限会社アロマティーク設立。 産婦人科内でのアロマ分娩ケアを推進。映画「パ

フューム」や企業のフォーミュレーターに選ばれる

など日本の精油ブレンディングの第一人者として

活躍。女性や子供の健康と自律神経バランス、ア

ロマセラピーの活用を専門とし、研究も行う。

まうと思いがちなのが実際には落と 年年齢を重ねることによって、 ん。これは意外に しっかりと意識することも大切な 私たち自身の心や ることも さらに、 身 体 もと の変 毎

痛みを感じるア

性皮

の

かゆ

2

to

して鼻炎などの

\、どうしても何か他の理由は意外にもあまり意識するることも忘れてはいけませ 、喫煙、年 -レス状態 生活スタ

原因となる可

ために、まず自分の生活に意 薬を摂取す るだ

けでなく、これからは症状をさらに改 った状態が花 が不 一症状の な

### 株式会社 Blue ink

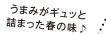
[本 社]青森市浪館前田 1-18-38 TEL.03-6451-1657

21 nonrouge

# Beginners Recipe

岩野 美穂先生 毎号旬な食材を使った 料理のレシピをご紹介







栄養満点の春キャベツを使って! ロールキャベツ

キャベツは1枚ずつはがす。鍋に水を 2cm程入れて蓋をして、キャベツの葉 を蒸し煮にする。しんなりしたら冷まし、 芯を削いで平らにする。玉ねぎとキャベ ツの芯はみじん切りにする。



ボウルに豚ひき肉と玉ねぎ、キャベツの 芯、パン粉、塩とこしょうを入れて混ぜ合 わせ、4つに分けて俵型にする。



材料(4個分)

- ・キャベツ ...... 大4枚
- ·豚ひき肉---- 200g ・玉ねぎ…
- 小1/2個(50g) ・パン粉 …… 大さじ2
- ・塩、こしょう …… 適量
- ・スパゲッティ・・・ 1本
- ・キャベツの茹で汁+水 200ml ·コンソメスープの素
- ・トマトケチャップ

... 1/2個

- 各小さじ1

- ... 大さじ2 ・ソース、醤油
- キャベツの葉の外側を下にして広げ、 ろ たねを包む。巻き終わりに短く折ったス パゲッティを刺して止める。
- 鍋にロールキャベツの巻き終わりを下 にして並べる。Aを入れ、火にかける。 沸騰したら落とし蓋(アルミホイルで 代用可)をして弱火にし、蓋をしてキャ ベツが柔らかくなるまで30分ほど煮込 む。塩とこしょうで味を調えて完成。



料理教室プルミエール

料理の基本が身に付き、毎日のおうちごはんが ちゃんと作れるようになる料理教室です♪

公式LINEもございます!▶@710exfvw





受付:090-6446-0145(平日10:00~17:00、ショートメール可※留守番電話の場合は、メッセージをお願いします。) 

Reader coupon

# お得なクーポン



編集部がセレクトしたお店をお得な特典とともにご紹介! 予約時、お店に"ノンルージュを見た"とお伝えください♪

### 気になる部位を徹底ケア! 一度の施術で見た目の変化・効果を実感!

圧倒的な技術力と、道内でも稀少マシンを取り扱う同店。 スタッフはキャリア20年超えの凄腕! 体重からスッキリ落 としたい人や、見た目から変化させたい人など、あらゆるお 悩みを解決してくれる!



Menu

◇メディセル 肩こり・腰痛改善コース 40分 8,800円 ◇美容整体40分 8,800円

〉姿勢·猫背矯正30分 7,700円 〉全身セルライトケア60分 16.500円

BODY AGING LABO MAHALO(マハロ)/TEL. 011-598-6063

- ◆姿勢·猫背矯正30分 7,700円→5,500円
- ◆ハイフ60分打ち放題 22,000円→20,000円

クーポン 4月末日迄有効

♀白石区╱北郷

### BODY AGING LABO MAHALO(マハロ) **☎ 011-598-6063**

札幌市白石区北郷8条7丁目10-15 (営)9:00~19:30

(定)日曜 http://www.mahalo-sapporo.com/smart/



ビューティー 完全予約制 カード可 P有 女性専用 子供連れOK

### いつものごはんに工夫をプラス「季節の特別講座 |

4月は特別講座を開催。炊飯器ひとつで豪華な「チキンカレー ピラフ」、湯気もごちそう「焼売」、母の日企画のカップにお寿 司を盛り付ける「ケーキ寿司」のレシピをレッスン。いつものご はんに工夫を加えてハレの日にも活躍する献立が学べる!



◇「季節の特別講座」どなたでも受講 可能(1回3,300円)

〉初心者さん大歓迎「毎日のおうち ごはん講座」のコース受講生の募 集は年3回(1月生・5月生・9月生) 受講料3か月6回まとめ払い 19,800円※5月より価格改定

料理教室プルミエール/TEL.090-6446-0145

◆毎日のおうちごはん講座コース 3か月6回 19.800円→ ノンルージュ読者に限り改定前 価格 18,000円(各クラス定員8名)

4月末日迄有効

♀北区/麻生

(定)不定休

完全予約制

premier sapporo 9 @710exfvw

## 料理教室プルミエール@麻生

**2090-6446-0145** 

札幌市北区北39条西5丁目2-12(麻生キッチンりあん内) (営)10:00~20:30※完全予約制 (予約受付時間 平日10:00~17:00)

https://0145premier.com/





23 non rouge non rouge 22

OMO(#6)

「テンションあがる『街ナカ』ホテル」を コンセプトに、ディープなご近所の魅

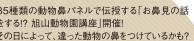
力とおちゃめな仕掛け満載で、旅の気

分を盛り上げます。

4 35種類の動物鼻パネルで伝授する「お鼻見の話 をする!? 旭山動物園講座 |開催!

5 その日によって、違った動物の鼻をつけているかも? OMOレンジャーにも注目を。

6 講座内では動物園へ行くのがさらに楽しくなるクイ ズもあり。「鼻押しボタン」で参加して。





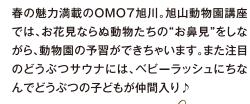


春はやっぱりお花見! OMO7旭川では花粉症でも安心なインドアお花見を提案。心ときめくスイーツ&館内で 楽しめるコンテンツをご紹介します! 555555



**華やかに装飾された空間** なお花見が楽しめる「OMO













星野リゾートの「街ナカ」ホテルブランド「OMO」 第一号としてオープンしたOMO7旭川。旭川市 旭山動物園がさらに楽しくなる「動物の話しかし ない、旭山動物園講座」や、シロクマをはじめ動物 園で人気の動物たちをテーマにしたコンセプト ルームが話題です。また地元の人しか知らない路 地裏をめぐるディープなツアーや、春は天候を気 にせずお花見ができるイベントも開催。胸キュン スイーツや多彩なコンテンツで楽しもう!

.....



7 どうぶつの親子フィギュアは、株式会 社バンダイによる特別協力で製作。

8 定番アイテムのサウナハットも親子 バージョンで登場! レンタル&購入 できます。

9 どうぶつサウナ開催に合わせガシャポン を販売。人気シリーズ「どうぶつサウナ8」 はフロントで購入することができます。



どうぶつサウナ



おすすめのプランはこちらから/



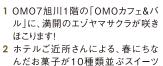
会員限定「旅々貯 ジェクト」では、ペコマ マネーが貯まる最 大30%お得な優 待プランを販売中!



北海道旭川市6条通9丁目 ☎050-3134-8095(OMO予約センター) https://omo-hotels.com/asahikawa/

- チェックイン 15:00~/チェックアウト ~11:00
- ●1泊20,000円~(1室あたり、税込、食事別)
- ●札幌駅から車または、JRで約100分(旭川駅より徒歩13分)





3 旭川家具とコラボしたオリジナルの お花見ボックス。自分好みのスイーツ を選んで味わって。

コレクション。









労し、体が疲れやすくなり、 がかかるので、いわゆる「肝」が疲

また

肝機能が悪くなることで血液

の循環も滞るため、体調だ

けでなく情緒不安定

# 知ればくらしがもっと豊かになる

food &culture column

Vol.

旬の食材や行事、食文化から見える

崩れがち。一般的には気温差

症の 悪い

平

身の不

れも粉

た花

引き起こし

ゃ

な

肝」を整 います。 季節の変わり目は何かと体調

も体 気温が

部に上がって

いこう

غ

る

ところに「血」の

ぐ

や体

いを

を が

及ぼすのだとか。さらに

いくことで血

液は

、と気持

だちにも

北海道の食の「おいしい話」を毎号お届けします。

### が終わり、 環境の変化等 漢方でいうところの「陰」の時季 ますが、特に冬から春にかけて れによるものとも考えられて く春は、 内臓が活発に動き始 「陽」の時季に向かって の自律神経の乱

に変化しようとしてい に、体の中もそれに合わせるよう このように季節が変わるととも ものを外に出そうと働きます めることで冬に溜まっ 肝の た不要・ 、のです。

養生食材で「肝」を整え、 介類では鯛やアサリ、ハマグリが め、胃腸の働きを促進します。 分な熱を取り除き肝機能を高は春。ビタミンUが豊富で体の余 いようです。また年中出回っている柑橘類やいちご、梅を摂るのも良 と言われていますが、 のとされています 勧め。みなさんも身近にある春 体の中のデトックスに効果が ふき、タラの芽、 よい食材は苦味や 肝機能を ージのあるキャベツも実は旬 整える 筍などの 酸味の 昔からうどや 酸味の 心 山菜は あるも ŧ ある ある る 魚

り冬に溜まった老廃物をそこで

一気に外に出そうと頑張り負担

出するのが肝臓。つまり、

、春に 毒

な排

体の中の老廃物を解

### お話してくれたのは… 一瀬美絵先生

クター。"台所から世界が見える"を モットーに一次産業を中心とした生 産者と消費者を結ぶ活動に尽力。 「互いの信頼関係こそが持続可 能な生産と消費に繋がること」 「安心できる食とは」について札幌 中心とした各地で発信。

料理教室プルミエール

**受付 090-6446-0145** 

information

札幌市北区北39条西5丁目2-12 麻生キッチンりあん内 平日10:00~17:00(ショートメール可) ※留守番電話の場合は、メッセージをお願いします。

### 受講生募集中! 詳しくはHPをご覧ください

https://0145premier.com/

# **PRESENT**





クレンジングジェル ICR 3D ホットクレンズ

1本(150mL)

高い保水力の温感ジェルで毛穴の奥からメイクを オフ。しっとりとした使用感のビタミンC誘導体を 配合、刺激が少ないので様々な肌質に使用可能。

提供/株式会社リー・プログループ

### キリン 午後の紅茶 おいしい無糖 ミルクティー

### 500mlペットボトル1箱24本入り

「午後の紅茶 おいしい無糖 | からミルクティーが新 登場! 爽やかなダージリン茶葉とウバ茶葉を各 10%使用し、スッキリとしたおいしさを実現

提供/北海道キリンビバレッジ株式会社

提供/合同会社ギフトリウム

**BiURU** 

// ハイウエスト補正下着

3枚1組(ブラック・ベージュ)※カラーは選べません

通気性・伸縮性が高く、動きやすさにこだわった

ガードル。立体3D構造で、お尻の丸みを潰さず持

ち上げキープしてくれる。(M/Lサイズ対応)

### プレゼント応募&読者アンケート投稿方法

〒007-0863 札幌市東区伏古3条3丁目2-1 CJ SPTビル1F 株式会社リー・プログループ ノンルージュ編集部 プレゼント係

①氏名 ②ニックネーム ③性別 ④年齢 ⑤既婚or未婚 ⑥職業 ⑦住所 ⑧電話番号 ⑨ノンルージュはどこで入手しましたか? ⑩面 白かったページとその理由は? ⑪つまらなかったページとその理由 は? ⑫表紙の印象は?(理由も簡単にお書きください) ⑬今後取り上 げてほしい特集は? ⑭ここ2~3ヶ月の間に購入した雑誌や読んだフ リーマガジンをお書きください。 ⑤次から関心のあるものをお選びく ださい(複数回答可)。ファッション・スキンケア・メイク・ネイル・エステ・ 美容室・外食・ランチ・自炊レシビ・カフェ・スイーツ・観光・ホテル・ペッ ト・医療・貯金・芸能・その他(ご記入ください) ⑯掲載店舗で行ったor 行ってみたいところは? ⑰ご希望のプレゼント番号を明記の上、近況 やご意見、ご感想等もぜひ添えてご応募ください。

※住所(番地や建物名)などの記載漏れがある場合、抽選から外れる場 合がございますがご了承ください。

ご応募いただいた方の個人情報は、プレゼントの抽選及び発送のみ に使用し、業務委託先以外の第三者に情報を開示することはありま せん。但し、メーカー直送等、弊社が受付業務のみをする場合に限り、 発送に必要な個人情報のみを第三者に開示する場合があります。

【パソコン、携帯電話の場合】

### http://www.nonrouge.net



2023年4月20日必着 ※当落は発送をもってかえさせていただきます。

### プレビンに大草 詩来ランを しい坊田司 3 田好 1 (ラビーゴ) 口は同体の存存ログ

性別	女・男	年齢	既婚 ・ 未婚	職業	
住所	₸	_		電話番号	
				(	)

今月号でつまらなかったページとその理由は?

今月号で面白かったページとその理由は?

表紙の印象は?(理由も簡単にお書きください)

今後取り上げてほしい特集は?

ここ2、3ヶ月の間に購入した雑誌や読んだフリーマガジンをお書きください(無ければ空白で可)

下記から関心のあるものを選んで○をつけてください(複数回答可)。 ファッション・スキンケア・メイク・ネイル・エステ・美容室・外食・ランチ・自炊レシビ・カフェ・ スイーツ・観光・ホテル・ペット・医療・貯金・芸能・その他(

掲載店舗で行ったor行ってみたいところは?

ご希望の プレゼント番号

2304non rouge





# 筋膜層~真皮層まで二層のダブルケアが可能

深部から強力にリフトUP。コラーゲン増生を促し持続性も抜群! Vmax併用で目元、額、首、顎の細部もケア!

※結果には個人差があります。

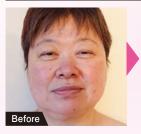
### [半顔] ゆるみフェイスラインコース





顔施術 1回目直後

### 「半顔] 目力UPコース





顔施術 1回目直後

ダイヤモンド 4Dハイフ[半顔]

所要時間 60分 通常価格 22,000円 **9 8 0** (税込)



■完全予約制 ■お子様連れOK ■カードOK ■駐車場あり ■ PayPay 使えます!

TEL.011-598-6063



ID: @njd4945y









メディセル正規認定店

BODY AGING LABO