

TAKE
FREE

女性を応援するフリーマガジン[ノンルージュ]

non rouge

2023 / *december* / No.224



お得なクーポンはSNSでも!

ノンルージュのホンネな話 番外編

みんなの推し / サンタに願いを



痛くない、熱くない、

ハイクオリティ家庭用IPL搭載 その光 エステ級

業務用光美容器「ジュピター」の機能を備えた
手軽に確実に続けられる家庭用光美容器
1台で家族みんなのムダ毛一掃

NEW

優木まおみ



定価 ¥49,500 (税込)

JUPITER®
PHOTO REJUVENATION SYSTEM

flash OUT®

フラッシュアウト

ゼロ
密着0距離
照射・冷却

3モード
男性
女性
ジュニア

VIO
男性のヒゲ

40万
ショット

オート
連続照射
機能

ジェル
不要

DENKIBRUSH

MOTHERMO®

デンキブラシ モッサーモ

異次元の体感で
気持ちもあがる!

優木まおみ



定価 ¥42,800 (税込)

EMS

RF

頭皮からはじまる、理想造形 この体感は裏切らない

LED

導入

バイブ
レーション

顔のたるみは頭皮から
5つの機能で頭皮環境を整え、
フェイスラインをリフトケア

CBS cosmetics
株式会社シー・ビー・エス

商品についてのお問合せは下記フリーダイヤルまたはメールまで
(フリーダイヤル 平日9:00~18:00)

☎ 0120-837-277 ✉ info@cbs-inc.co.jp

商品のご購入方法

デンキブラシ モッサーモ®、ジュピター フラッシュアウト® はサロン専売品になります。
一般の方はお近くのサロンでお買い求めください。

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・ご購入にあつ
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すらご連
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2024.1月号は
12月25日(月)発行予定です

WEBサイト
[nonrouge] 検索
www.nonrouge.net

Instagram @non_rouge
LINE @non-rouge
Twitter @nonrouge_Beauty

06 @cosme STOREスタッフおすすめ
コスメデコルテ・ケイト 冬コスメ特集

10 *Feature*

【アンケート企画】ノンルーージュなホンネの話 番外編

みんなの“押し”を教えて!
大人だってサンタさん
にお願いしたい!

14 編集部アラカワの気になるアイテム徹底リサーチ

16 アネルズあづさの香りと美のエッセンス
vol.10 記憶と香り

19 Naofumi Koyama presents philosophy on beauty
~美を探究する対話

25 Beginners Recipe ゆり根のポタージュ

26 読者プレゼント&アンケート投稿方法

27 食と文化のおいしい話



よろしくね!

ノンルーージュ公式
マスコットキャラクター **のんるん**

魔法使い(修行中)の妖精。おっとりマイペースな性格で
楽しいことや新しいことが大好き! みんな仲良くしてね☆

のんるん
LINEスタンプ

のんるんの可愛い
LINEスタンプ販売中!

● シミ・肝斑・あざ

● シワ・たるみ

● 毛穴・毛穴詰まり・
ニキビ跡(凹み)

● いぼ・ほくろ

● くすみ・キメ・ハリ

● 赤ら顔・毛細血管拡張症・
赤あざ・ニキビ跡(赤)

● 発毛・育毛
(頭皮・まつ毛・まゆ毛)

● 医療レーザー脱毛

● 脇の多汗症

● メディカルボディメイク

● メディカルアートメイク

● 巻き爪治療

● ピアス(ボディピアス)

その他

多彩なアプローチで
治療、そして予防へ

お悩みの症状に対し、
各種レーザー機器や治療法などを
取り揃え治療にあっております。

Advanced Dermatology and Laser Center

無料カウンセリング実施中



緑の森皮膚科クリニック

Advanced Dermatology and Laser Center

0120-460-470

TEL.011-221-0002 FAX.011-221-0020

札幌市中央区北2条西3丁目 朝日生命札幌ビル5F
(札幌駅前通地下歩行空間5番出口すぐ)

スマホ・携帯サイトへはこちらから▶



詳しくはこちらまで▶ <http://www.skin.or.jp/midori>

緑の森

検索

色影ブラウンシャドウで
抜け感のある大きな目もとへ。

10/21
新色登場

肌になじむブラウン系カラーに、赤やオレンジなど血色感のあるカラーの影色を目尻に入れることで、抜け感のある大きな目もとに。肌までも明るく引き立つ印象的な仕上がりを実現。ベーシックなブラウンメイクに、カラーニュアンスの影色を仕込むことで、ブラウンメイクの幅が広がる、色影ブラウンシャドウ。

〈ケイト〉
デザインングブラウンアイズ
(上から BR-11ヘーゼルブラウン、
BR-12グレーージュブラウン)

1,320円(税込) ※編集部調べ

全8種



STAFF COMMENTS

スタッフ渡部さんおすすめ



4色入りのパレットなので
どなたでも簡単に
自然なグラデーション
が作れます! 淡いすみ
みカラーでこれからの時
期にピッタリな色味のアイシャドウです。
既存色と比べても落ち着きのある色味な
ので、少し大人なモードメイクが楽しめますよ!

1色で光と影を操る
光る透けツヤアイカラー。

全30色

溶け込むようにフィットして、肌も骨格も美しく魅せる、立体グラデーションのアイカラー。透明感あふれる輝きと濡れたようなツヤの「Dewy Glow」、湿度を含んだマットな「Silky Matte」。様々な表情をかなえる2つの質感です。肌への密着性が高く、発色・ツヤまでメイクしたての美しい仕上がりがつづきます。

〈コスメデコルテ〉
アイグロウジェム スキンシャドウ
(上から 17G、10G)

各 2,970円(税込)



STAFF COMMENTS

スタッフ吉田さんおすすめ



ひと塗りでスルスル♪
指で簡単テクニック!
らずで“旬”な目元に
なれちゃう優れもの。
全30色でツヤorマットは
お好みで選べます。色持ち◎保湿力◎で
自分用やプレゼントにも大人気。私のおす
すめカラーは、“17G”と“10G”です!

@cosme STORE スタッフおすすめ

コスメデコルテ

ケイト

冬コスメ特集

Winter Cosmetics

年末年始はわくわくするイベントが盛りだくさん!
今月はそんな華やかな気分を盛り上げる
この冬おすすめのコスメをご紹介します!

STAFF COMMENTS

スタッフ澤田さんおすすめ



ずっと大人気! リッ
プmonster スフ
レマットに新色が加
わりました! ふんわり
したつけ心地だけど、つ
けるとキマる! 長時間つけていてもパサ
つくことなく、色落ちもしにくい◎ リッ
プの色落ちが気になって、まだまだマスクを
手放せないという方でも、外しても恥ずか
しくない高見えリップだと思います。今回
の新色も秋冬に良いブラウンを基調とし
た落ち着いた色味になっています。

10/21
新色登場

つけたての色がそのまま持続。
落ちにくい口紅。

落ちにくい口紅 “リップmonster”から、ふんわり軽やかマットに仕上がる、スフレタイプの新色が登場。高発色スフレ処方とぼかせるチップで、ひと塗りでふんわり軽やかな仕上がりに。マスクをしても色落ちしにくい。飲み物を飲んでもカップにつきにくい。つけたそのままの色が長時間持続します。

〈ケイト〉
リップmonster スフレマット
(上から M06、M07、M08)

1,650円(税込) ※編集部調べ

全8色



STAFF COMMENTS

スタッフ渡部さんおすすめ



今、SNSやyoutubeでも大人気の下地です!
保湿しながら毛穴やキメの凹凸もなめらかにカバー、そしてもとの肌
が美しいかのような自然なトーンアップ。
肌の糖化を防いでくれる美容成分も配合で1日中くすみにくい! とにかく優秀な化粧下地です。

なめらかな美しさを叶える
艶仕込みプライマー。

キメがととのい、つるんと均一でフラットな明るい肌
が長時間続く化粧下地。くすみ・色ムラ・赤み・毛穴・凹凸・小ジワなどのあらゆる肌悩みを瞬時にカバーし、うるおいをたもちながら、内側から光が広がるような透明感と、艶やかな肌を叶えます。日中の紫外線から肌を守り、日やけによるシミ・ソバカスを防ぎます。

〈コスメデコルテ〉
フローレススキン グロウライザー
30g 4,950円(税込)

SPF20
PA++



協力
店舗

@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

店舗MAP/



info

@cosme
POINT BACK DAY

店舗で5%

毎週 曜日開催!

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%還元となるお得なキャンペーンを実施中! 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。お得な機会にぜひ来店下さい★

北のたまゆら

たまゆらの由来は滑らかな勾玉(まがたま)が互いに触れ合うときの「瞬」の響き
しばしの時間を表す言葉として万葉集にも歌われています
そんなゆったりとした時間(ひととき)を過ごせるような空間となるように命名しました



営業時間 [桑園] 7:00~25:00 (受付終了24:00) [東苗穂] 8:00~25:00 (受付終了24:00)
[厚別] 8:00~25:00 (受付終了24:30) [江別] 8:00~25:00 (受付終了24:00)
※メンテナンスのためお休みの場合があります。

料金 大人(中学生以上) **490円**
小人(小学生) **150円**
幼児(小学生未満) **無料**

全店舗 年中無休
シャンプー・ボディソープ完備

華花特製 毎年人気のおせちとオードブル

『特製おせち 2段』(4名盛り) 税込 **30,000円**

<全15品>とフカヒレの姿煮 紹興酒



吉の重

- ・クラゲ (イクラ添え)
- ・白菜の甘酢漬
- ・スパイシーカシューナッツ
- ・緑色搾菜
- ・牛豚合い挽き肉の湯葉巻き
- ・自家製 広東 叉焼
- ・ロブスターのマヨネーズソース
- ・鮑のやわらか煮

式の重



- ・紅鮭の南蛮漬
- ・合鴨のコンフィ
- ・ブラックビーンズソース
- ・麦豚の角煮 スパイシー揚げ
- ・帆立の山椒風味
- ・有頭海老のチリソース
- ・牛肉の赤ワイン
- ・オイスターソース煮込み
- ・ズワイ蟹爪蝦団子 菊花焼売

小折り



- ・フカヒレの姿煮

『年末特製オードブル』<全11品>



◆4名盛り 税込 **12,000円**

◆2名盛り 税込 **8,000円**

※2名盛りも同様の内容です。

- ・クラゲ
- ・白菜の甘酢漬
- ・帆立の山椒風味
- ・有頭海老のチリソース
- ・牛肉の赤ワイン
- ・麦豚の角煮 スパイシー揚げ
- ・合鴨のコンフィ
- ・緑色搾菜
- ・紅鮭の南蛮漬
- ・スモークサーモン
- ・海鮮菊花焼売
- ・オイスターソース煮込み
- ・ブラックビーンズソース



<ご予約賜り期間> **2023年12月25日(月)まで**

中国料理 **華花** TEL **0134-61-1311**

〒047-0008 小樽市築港11番5号 ウイングベイ小樽5番街1F

お引渡し日時: 2023年12月31日(日) 12:00~16:00まで
お引渡し場所: ウイングベイ小樽5番街1F 中国料理 華花

ウイングベイ小樽
Tel: 0134-21-5000 小樽市築港11番
<http://www.wingbay-otaru.co.jp/>

- ◆クルマ: 小樽自動車道小樽I.C. 降車、直後、右折すぐ。
- ◆JR: 小樽築港駅直結(連絡通路マリンロードで徒歩1分)
- ◆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)

たまたゆらの社



たまゆらの社は健康・美容効能たっぷりの天然温泉をはじめ
十種類のお風呂をご用意しております
ゆったりと心解きほぐし癒しの空間で
心ゆくまで極上のお風呂をご堪能下さい

営業時間 [たまゆらの社] 24時間営業(入浴可能時間6:00~25:00)
※メンテナンスのためお休みの場合があります。

料金 大人(中学生以上) **1200円**
小人(小学生) **330円**
幼児(小学生未満) **無料**

全店舗 年中無休
シャンプー・ボディソープ完備

天然温泉やすらぎの湯

北のたまゆら桑園 札幌市中央区北11条西16丁目1-34 011-611-2683

北のたまゆら東苗穂 札幌市東区東苗穂11条2丁目(三角点通) 011-790-2683

北のたまゆら厚別 札幌市厚別区大谷地東7丁目(道通札幌夕張線) 011-891-2683

北のたまゆら江別 江別市野幌屯田町48-1(三番通) 011-381-2683

たまゆらの社 札幌市東区中沼西1条1丁目11-10 011-791-6666



ノンルージュなホンネの話 番外編①

みんなの推しを おしえて!

今年もやってきたノンルージュの巻頭特集 番外編！
第一弾は読者のみなさんの「推し」について聞きました♪
もしかすると新たな推しが見つかるきっかけになったりして？



目黒蓮さん
こんな息子がいたらなあ〜

ラウールさん
彼には芸能人としての華があります。まずはファッションショーのステージに立つ姿を全国民に見てほしいです。

SMAP箱推し
ずーっと大好き。想いが溢れすぎて理由なんて書ききれない！

BTS Vさん
ダンスも歌も上手くて、特に目と優しい雰囲気の話し方が気に入っています。もうハマり過ぎて他のアイドルには興味なくなりました。

福山雅治さん
いつまでも素敵なので

X JAPAN YOSHIKIさん
作る曲もご本人のキャラクターも大好き。16歳からのファンです！

藤井風さん
とにかく声が魅力的！英語が堪能なところも素敵です。

パク・ボgomさん

リ・ジョンヒョクさん

檀健次さん
なぜか惹かれてしまう

水野勝さん

箱推し!
娘も好きで、飼っているコロロギにメンバーの名前を付けて呼んでます^^
ファンの方々怒らないでね！笑 歌もダンスも好きだけど、やっぱり頑張ってる姿にキュンとします♥

Snow Man

嵐
元気になれる

Sexy Zone 菊池風磨さん
かっこいい面白い!

Sexy Zone 中島健人さん

King&Prince 永瀬廉さん
とにかくかっこいい!

なにわ男子
かわいくて癒されるから

大泉洋さん
塞いだ気分を盛り上げてくれる!

吉沢亮さん
眼力に吸い込まれます。

横浜流星さん
友人と推しの話で盛り上がるのが楽しいひとときです。

松下洸平さん
ドストライクです!! ドラマのMIU404で見たら好きになりました!

小松準弥さん
引き込まれる演技と、太陽みたいに明るくい人柄に惹かれました。王子様か?ってくらいスタイル抜群で、笑顔が眩しい素敵なお俳優さんです!!

板垣李光人さん
中性的な顔立ちが美しく、女性役も演じられるところが素敵!

菅野美穂さん
いつまでも変わらぬ存在感で、雑誌の表紙に載っているとつい買ってしまいます。

のんるんちょこっとお話
“推し”はどこから来たの?

今や人物だけでなく建物、場所、食べ物など幅広いものに対して使われる「推し」。現代の若者言葉のようですが、実はその由来は1980年代にまで遡ります! 当時のアイドルブームの際に「推しメン」という言葉が登場し、2000年頃にはネットでモーニング娘。ファンが使ったことで定着。さらにその後、AKB48の流行によって世間一般に浸透していきました。

大谷翔平選手

北海道日本ハムファイターズ

古屋兎丸先生
学生時代から好きな漫画家の先生。原画展で初めてお会いした時、あまりの優しさに後光が差して見えました。笑 もちろん作品も面白くて大好きです。

クロミちゃん

ポムポムプリン
小さいときからずっと大好き! 癒しです。

HTBのonちゃん
先日も創成スクエアで写真を撮りました!

**9ヶ月になった
つまり立ち
しまりの息子**

**赤ちゃんゾウのタオ
(円山動物園)**

花王のバブ
いろいろな種類があって癒やされるから。

古い型のスカイライン

**男子バレー日本代表の
選手全員!**

**男子バレー日本代表
高橋藍選手**

**上川畑大悟選手
(日本ハムファイターズ)**
笑顔がかわいい!

**劇団四季の
ミュージカル**
生の舞台の迫力は鳥肌もの! 客席との一体感で世界に没頭できます♪ 特にキャッツがお気に入り!

シークレット歌劇団093!
北海道の劇団で、いま気になっています♪

**尾形百之助
(ゴールデンカムイ)**
かっこいいのに怖くてインパクトがすごい

スヌーピー
スヌーピーグッズに囲まれてハッピーに過ごしています!

ミッフィー

**ブリティッシュ
ショートヘア**
むっちりもっちりしてかわいいで飼っています。

うちの愛兎(5才)
私にとっては宇宙一かわいい宝もの。やさしくて賢くて、推せるところしかない♥

トレイ・ヤング選手
NBAが大好きなので!

久保陽貴くん
「カラオケバトル」で知ってから歌声とキャラに虜です! テレビはあまり観ないけど、彼が出る番組だけは録画して娘と一緒に観ています♪

**ローランドグループ
篁エイトくん**
かわいいから♥

**田村悠人
(日本統一)**
野良犬感が良い。

**まめきちまめこの
タビとメロ**
「まめきちまめこニートの日常」というブログ漫画に登場する、作者の飼い猫たち。タビメロの性格の違いにクスツしたり、日々魅了されています。たまにUPされる動画の可愛さに悶絶!!

家庭菜園
新鮮な野菜を育てる過程や収穫の喜び、お裾分けの楽しみがいい!

ちゃんとオイシックス
オイシックスの献立セット。非常に助かってます!

まだまだ続く! 番外編②へ♪

大人だってサンタさんに お願いしたい!

のんるんちょこつと小話
日本のクリスマスはいつから始まった?
1552年、山口県で宣教師たちが日本人信徒を招いてキリストの降誕祭のミサを行ったのが最初と言われています。1886年(明治19年)には、横浜に「明治屋」が日本初のクリスマスツリーを飾り、クリスマス向けの商品を出したことから日本人にも認知されていきました。ちなみにクリスマスケーキも、同時期の明治時代に「不二家」から登場していたそうです!

四次元ポケット
小さい時から一番欲しいもの! 夢です!

どこでもドア
よく旅行をするので、瞬時に目的地へ行けたら時間に余裕も持てて良いなと思います。

好きな作品のBlu-ray BOX
全部買うと5万くらいするのでなかなか手が出ず…サンタさん、持ってきて〜!

**彼氏から「一緒に住もう!」と
言ってもらえること**

ルタオのクリスマスケーキ

カーテン
住んで約3年、布をぶら下げてます。。。4窓分のカーテンください!!!

ポータブルクーラー
今年の夏は本当に暑かったので

モフモフのにゃんこ

ルンバ!
ルンバにお掃除を手伝って貰いたいです。

ゲームボーイ
子供の頃、サンタさんに何度書いても貰えなかったの…。

yogibo
一番大きなyogiboでただらしてみたいです。

ピチピチの若い肌

マッサージチェア

自由な時間

バイクの免許

**競馬の単勝をピタリと当てる
才能がほしい!**

ペットの気持ちを理解できる力
ファンタジーな願いですが、気持ちが分かればもっと喜ばせたり、不調にもすぐ気付いてあげられるのに、いつも思います。サンタさんとはちょっと違うけど、ほしいです。

押しグッズ

Snow Manのライブチケット

BTSのコンサートチケット

読者の皆さま、アンケートへのご協力ありがとうございました! 推しにパワーをもらったり、クリスマスにちょっと贅沢をしてみたりと気分を上げて、忙しい年末も乗り切りましょう♪

- 引越し資金**
と、めちゃくちゃ好条件の部屋(日くなし)
- 金の延べ棒**
- 宿泊券**
- 上限なしの小切手**
- 世界中を旅できる
休みと知識と旅費**
- 老後の資金**
- お食事券**
家族で豪華に優雅な時間を過ごせたらいいなー
- 現金!!**
- 家がほしい**
- 家族の笑顔と健康**
- 宝くじの当たり券**
- 新車**
- 再婚相手!**
離婚して早4年…サンタさん、そろそろ良い人紹介してくれても良いですか?(o^_^o)
- 愛!**
- 恋人**
誰かステキな人、連れてきて!!
- プライベートジェット**
- デパコス**
節約のため減多に買えませんが…好きなブランドで一通り揃えたい!
- 髪が潤う高級ドライヤー**
- 便利な調理家電**
- 新しい電子レンジ**
最近調子が悪くなってきたので、高機能のやつがほしいです
- 室内で使える燻製器**
- 美顔器**
- クリスマスコフレ**
自分で買えなかったの!
- ムートンブーツ**
オーストラリア産シープスキン
- ウォーキングシューズ**
- 高級腕時計**
- ルイヴィトンのバックパック**
- CHANELのバッグ**
できればマトラッセかココハンドル

もしサンタさんが来てくれるなら、アレがほしい! 大人になった今でもそう思うこと…ありますよね。実用的なものから切実な思いまで、読者の皆さんのクリスマスの願いを聞いてみました!



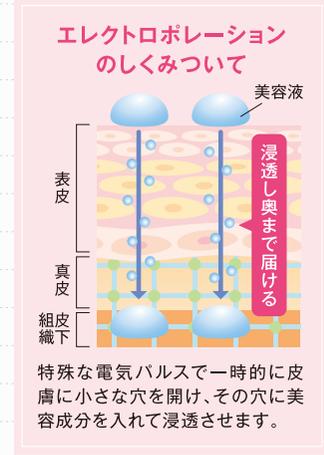
肌感 すっきりした印象 に変身



フェイスラインが引き締まり、目の高さが上がった!

◀頬が高く上がってフェイスラインがすっきりとしました。目の高さが上がって、若々しくイキイキとした印象に変身!

使用感 微弱な刺激で 引き締まる!



少しピリピリする感覚です!

▲皮膚の薄い所は少しピリピリするけれど、効果がありそうな体感。ヘッド部分は100%純チタンなので肌が弱い人でも安心です!

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जू編集部スタッフが徹底調査!

今月のお悩み… むくんだフェイスラインをすっきりさせたい!

ホームケア美容器でも 顔が変化するのか調査!

調査員

ノンルーजू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。



愛用者の声



札幌市中央区 トータルビューティーサロン アミナス オーナー 齊藤さん

効果バツグンの美顔器!

ラジオ波、ポレーション、フォトレーション、EMSと1台4役のミニキュアは、サロンでお客様に5分試ただけで、顔がググッと引き上がります。その結果にはお客様だけでなく、サロンのスタッフもびっくりしています。サロンのメニューにも取り入れられてますが、整形級の結果が自宅でも得られる最強の家庭用美顔器だと思っています。



- 使いやすさ... ★★★★★
- 美容液... ★★★★★
- 使用感... ★★★★★☆
- 肌感... ★★★★★

とにかく継続して使いやすい! 使い終わるとキュッと引き上がる効果を実感!



調査するアイテム

ラジオフォトレーション ミニキュア
54,900円
(税抜価格49,910円、税4,990円)

効果は出るの? 使わなくなったり、肌荒れしないか不安...



見た目が可愛い♡ 軽くて毎日使えそう&専用ポーチ付きも嬉しいです。

見た目... Excellent!
重さ... Excellent!
持ち運び... Excellent!



メーカー VOICE

これ一台で全身トリートメント 4大機能搭載の本格エステ

1. これ一台でトータル美肌ケア

4つの機能で簡単にお顔のトリートメントが可能。高純度のレンズを採用することで、お肌に優しい安定した有効波長を出力します。

ラジオ波
リフトアップ

エレクトロポレーション
美容液を浸透

フォトレーション
栄養を届ける

EMS
お肌の引き締め



愛用中

私も長年愛用しているファンの一です! お風呂上がりのお肌をミニキュアでケアするのが習慣となっています。肌が求めている成分を届けられる、この満足感。あつという間の10分間トリートメントです。体感もあり実感もでき、そして長く続けられるこだわりがいくつかの商品です。是非、皆様にもご体感頂きたいです。



株式会社リー・プログループ
インストラクター 小山内さん

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

※イラストはすべてイメージです

美容液 スーパーヒアルロン酸 配合

美肌づくりのサポート♡



フェイシャル用美容液 3D レインボウ ファクター
150mL 17,600円(税込)
ベースはケイ素含有量国内No.1の日本海岩内海洋深層水。高保水力の「スーパーヒアルロン酸」や、高保湿成分「γ-PGA」などの美容成分を贅沢配合。

ボディ・バスト・スカルプ用の専用美容液もあります。

ジェルのようなテクスチャーが肌に密着。



使いやすさ 手軽に毎日 使用できる

丸いヘッドで細かいパーツもあてやすい!



▲肌悩みに合わせて光の色を変更できます。フル充電には約4時間かかりますが、充電しながらでも使用できます。



記憶のために活用できる アロマエッセンシャルオイル(精油)

使用方法としては、ティッシュなどに垂らして持ち歩いたり、マスクの端っこに1滴垂らしたり、指先に精油をとって髪に少しつけたりなど、そのまま揮発(蒸発)する香りを、ゆっくり呼吸するように鼻から感じて楽しみましょう。また、ディフューザーを使用する際には、熱したり水を加えないものがおすすめです。

*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】LEMON
レモン (*Citrus limonum*)

鎮静作用と抗炎症作用に優れ、鋭くハツ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】ROSEMARY 1.8 cineole
ローズマリー 1.8シネオール
(*Rosmarinus officinalis ct 1.8 cineole*)

循環促進や抗感染作用に優れ、鋭さのある爽快感と心身疲労に対するのバランスを与えてくれるローズマリー 1.8シネオールは、葉や枝から抽出されます。



【精油】LAVENDER
ラベンダー (*Lavandula angustifolia*)

鎮静作用と抗菌作用に優れ、温かさと落ち着きのある深いやさしさを感じることができる精油です。ラベンダーの花穂から抽出されます。



【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、呼吸を整えながら落ち着きを与えるユーカリナローリーフは、葉から抽出されます。



【精油】ORANGE SWEET
オレンジスイート (*Citrus sinensis*)

鎮静作用や消化促進作用に優れ、やさしい甘さと爽快感をもたらすオレンジスイートは、バランスを整え、心身の解放に役立ちます。



【精油】FRAGONIA
フラゴニア (*Agonis fragrans*)

抗感染作用や循環促進作用に優れ、甘さと爽快感を両方兼ね備えたバランスの良い香りを放つ精油です。フラゴニアは、葉から抽出されます。

おすすめのブレンドレシピ



呼吸を整え落ち着きながら、
記憶力のための睡眠を整えるサポート

程よい爽快感で呼吸を整えながら、
優しさとおたたかさを深く感じるブレンドです。



【精油】
ORANGE SWEET
オレンジスイート
(*Citrus sinensis*)

+



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

+



【精油】
LAVENDER
ラベンダー
(*Lavandula angustifolia*)



呼吸を整え、
日中の活動と記憶力の促進のためのサポート

程よい刺激と鋭さのある爽快感と共に、
活発な心身の動きをサポートするブレンドです。



【精油】
LEMON
レモン
(*Citrus limonum*)

+



【精油】
ROSEMARY 1.8 cineole
ローズマリー 1.8シネオール
(*Rosmarinus officinalis ct 1.8 cineole*)

+



【精油】
FRAGONIA
フラゴニア
(*Agonis fragrans*)

画像は株式会社Blue ink提供。©2023Blue ink Inc.



自然の香りをもたらす効果は幅広く、可能性に満ちています。
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
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 記憶と香り



「あれ?この香り、あの香りに似ているな」「この香りを嗅ぐと、あのことを思い出す」「あの場所も、こんな香りがしていたな」
そんな誰か、どこか、何かの記憶と香りのつながりを感じたことはありませんか? まるで目の前に、そのことをすぐに感じるような感覚になる香りの不思議。そして、そこにいないはずなのに、誰かがいる、その場所にいるような、そんな感覚になるのが「香り」が私たちに与える感覚です。おばあちゃんの家の香りや懐かしさを感じる香り、なぜか安心感を感じる香りなど、私たちの感覚にはその場面や情景、そしてその時起こったことなどを思い出させてくれたり、その時と同じような感覚で胸が熱くなったり、涙が出たりします。このような感情を伴って、心と身体全体からあふれる感覚も、「記憶」が関わっています。

香りをつなげる
私たちの記憶の不思議

「あれ?この香り、あの香りに似ているな」「この香りを嗅ぐと、あのことを思い出す」「あの場所も、こんな香りがしていたな」
そんな誰か、どこか、何かの記憶と香りのつながりを感じたことはありませんか? まるで目の前に、そのことをすぐに感じるような感覚になる香りの不思議。そして、そこにいないはずなのに、誰かがいる、その場所にいるような、そんな感覚になるのが「香り」が私たちに与える感覚です。おばあちゃんの家の香りや懐かしさを感じる香り、なぜか安心感を感じる香りなど、私たちの感覚にはその場面や情景、そしてその時起こったことなどを思い出させてくれたり、その時と同じような感覚で胸が熱くなったり、涙が出たりします。このような感情を伴って、心と身体全体からあふれる感覚も、「記憶」が関わっています。

香りを感じる仕組みと
脳の関係性とは

私たちが感じている「香り」は、はっきり目に見える形ではなく、ふと、なんとなく、自然にといったものから、意図的に自分で何かの香りを嗅ぐために使うといったことまで、幅広く目には見えない形で私たちの「鼻」に届きます。その香りは、小さな芳香分子として私たちの鼻の嗅上皮にある嗅覚受容器という場所でもキャッチされ、その後、嗅神経細胞を通じて嗅球へと伝わり、嗅球から神経伝達物質として脳へと届けられます。そこからまず到達する場所として、大脳辺縁系にある「海馬(かいば)」という場所と「扁桃体(へんとうたい)」という場所があります。実は、「海馬(かいば)」は記憶の脳であり、記憶の司令塔の役割を担っています。認知機能の低下や記憶障害なども、この「海馬(かいば)」の働きが原因で生じる症状です。そして「扁桃体(へんとうたい)」は、感情の処理やストレス反応に対して重要な役割を担っている脳です。このように、香りを嗅ぐことで、直接このような脳の場所に働きとして伝達されていることを知ると、「香り」は単なる香りではないことがわかります。そして、嗅覚を通して、記憶の司令塔である「海馬(かいば)」へと通じている

私たちの記憶とつながる
香りの持つ可能性

私たちが感じている「香り」は、はっきり目に見える形ではなく、ふと、なんとなく、自然にといったものから、意図的に自分で何かの香りを嗅ぐために使うといったことまで、幅広く目には見えない形で私たちの「鼻」に届きます。その香りは、小さな芳香分子として私たちの鼻の嗅上皮にある嗅覚受容器という場所でもキャッチされ、その後、嗅神経細胞を通じて嗅球へと伝わり、嗅球から神経伝達物質として脳へと届けられます。そこからまず到達する場所として、大脳辺縁系にある「海馬(かいば)」という場所と「扁桃体(へんとうたい)」という場所があります。実は、「海馬(かいば)」は記憶の脳であり、記憶の司令塔の役割を担っています。認知機能の低下や記憶障害なども、この「海馬(かいば)」の働きが原因で生じる症状です。そして「扁桃体(へんとうたい)」は、感情の処理やストレス反応に対して重要な役割を担っている脳です。このように、香りを嗅ぐことで、直接このような脳の場所に働きとして伝達されていることを知ると、「香り」は単なる香りではないことがわかります。そして、嗅覚を通して、記憶の司令塔である「海馬(かいば)」へと通じている

スクールのご案内

ARTQ INSTITUTE

アロマティック インスティテュート

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](https://www.artq.institute/)



【公式LINE】

株式会社 Blue ink

[本社] 青森市浪館前田 1-18-38
[東京支社] 東京都港区南青山 5-12-19-301
TEL.03-6451-1657
<https://www.artq.jp/> [artq_organics](https://www.artq.jp/)



Profile アネルズあづさ

アロマセラピスト
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ック設立。産婦人科内でのアロマ分娩ケアを推進。映画「パフェム」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。

[annellsazusa](https://www.instagram.com/annellsazusa)

[ARTQ ORGANICS直営店舗]

ARTQ ORGANICS (ORGANIC STUDIO & THERAPY ROOM)

アロマティック 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](https://www.artq_organics_shop)



philosophy on beauty

Naofumi Koyama presents | Vol.43

Guest

エステティシャン

中向 沙耶花様

千歳市出身の34歳。5児の母。美容系の専門学校卒業後、コスメショップやエステサロンに勤務。出産を機に病院に転職し、ケアワーカーとして従事。その間、オイルリンパケアセラピストの資格を取得。現在は夫がオーナーとしてオープンした、脱毛・フェイシャルサロン「beautysalon Pono(ポノ)」の店長を務める。Instagram: sayaka_n105s

Navigator

株式会社リー・プログ룹 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。

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 ノンルージュに 広告掲載 してみませんか?

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♪
毎月約35,000冊発行しています。

お問い合わせ先
☎0120-260-667 ✉info@ree-pro.co.jp

街頭ビジョンのオリジナル番組 道内外のゲストが出演中

札幌駅前 de LIVEPRO

北海道を拠点に活動しているアーティスト達の番組
毎週日曜日17時~10分間
放映中!

番組放映時間 毎日 13:15~/15:15~/17:15~/5分間放映

★札幌駅前 VISION ★ha・na・vi ★YouTube★ ※都合により放映時間や番組内容に変更場合がございます。

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、一押しメッセージを放映します

応援広告受け付けます!!

●お問い合わせ・お申込みは MEGA HP まで
<http://www.mega-vision.co.jp>

「エンタメステーション in 札幌ド真中」放映ビジョン

札幌駅前 vision
札幌市中央区北4西3 札幌駅前合同ビル

ha・na・vi
札幌市中央区南1西4 日の出ビル地下
地下鉄南北線 大通駅 11番出口側

WEBで視聴したい方は「YouTube」でご覧いただけます

札幌ド真中 検索
エンタメURL: sapporo-domannaka.jp/

Facebook をご覧の皆さん
「いいね!」も押してね!
Facebook: www.facebook.com/SapporoDomannaka

●お問い合わせは
TEL.011-280-3330
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 大通西ビル 6階
企画 / 運営: 株式会社 ODA プロダクション

My Favorite Things

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します

01



家族

7人家族で5人の子供のママをしています。毎日怒涛ですが、家事、育児、仕事を両立して頑張っています！子供達のためにもっともっと頑張ります！

02



ビール

大好きなビール！毎週土曜日は「1週間頑張りました」のご褒美でビールを飲みます♪旦那は飲まないのでも私のためにおつまみを作ってくれます♪

03



スキンケア

30歳を過ぎてからスキンケアにはとっでも気をつけています。エイジング効果の高いものや保湿をメインに揃えています。まつ毛美容液は欠かせません！最近おでのシワが目立たなくなってきました！日々の努力大事です！

家族の支えがあるからこそ

5人の子育てをしながらも

好きな仕事に思い切り取り組める

出産・育児と仕事のバランスを模索

小山 現在3歳から11歳までの5人のお子さんがいらっしゃるそうですね。仕事を続けながらの出産には、職場環境も重要だったのではないのでしょうか。

中向 子供のことを考えて仕事を選んだ時期はありました。もともと美容が好きで、コスメショップやエステサロンで働いていたんですが、1人目の出産を機に、託児所などの環境が整った病院にケアワーカーとして転職しました。病院に就職して3ヶ月も経たないうちに2人目の妊娠がわかった時は、職場に言い出しにくくて、しばらく内緒にしてたんです。そうしたら看護師さんに呼ばれて、「妊娠してる



ますし、上の子供達は茶碗洗いなどの手伝いをしてくれたり、下の子の面倒もよく見てくれるんです。向かいに住む旦那のご両親にも助けていただいています。
小山 ご家族の理解が支え

でしょ。何で早く言わないの！」って怒られました。それからシフトを配慮していただいたりと、安心して出産できる環境でした。そこで8年間働きながら4人の子供を出産し、毎回1年以内には職場復帰することができました。

小山 現在のサロンを始めるまでには、どのような経緯があったのでしょうか。
中向 6年前に旦那が車関係の事業で独立しまして、それに続き2年前にはサロンと整骨院をオーナーとして開業したんです。オープンした『beautysalon Pono(ポノ)』というサロンでは、脱毛・フェイシャル・オイルリンパマッサージなどを扱っています。最初は

別のスタッフと始めたお店だったのですが、その方がオープンして間もなく妊娠がわかり続けられなくなっ

てしまいました。急遽私がサロンを任せられることになりました。もともとは美容の仕事がしたかったので、介護の仕事をしていた時にも『オイルリンパケアセラピスト』の資格を取って、仕事の傍ら



慢のママで
るように
を大切に!
も笑顔で!

中向 沙耶花

子供達の自
いられ
自分磨き
そしていつ

中向

philosophy on beauty

でいられるように、スキンケアや筋トレなど、美容・健康面でも日々努力しています。「子供がいるから運動できない」「スキンケアがしっかりできない」など、子供を理由にして諦めている人が多く感じるからこそ自分磨きをしっかりしたいと思うんです。
小山 そういった意識は大切ですね。今後のサロンのビジョンを教えてください。
中向 今後ネイルやマツエクなどのメニューも増やし

て、ゆくゆくはトータルサロンを目指しています。サロン後にネイルやマツエクにも行ってというお客様が多いので、うちでワンストップで対応できれば、お客様の移動時間の節約にも繋がるんじゃないかと考えているんです。
小山 他にも挑戦してみたいことなどはありますか。
中向 最近、美容液を開発されている方と知り合う機会があって、自分もそういった化粧品のプロデュースなどができたらいいと考えています。今までは自分が上に立って何かをするという発想は絶対になかったんです

けどね。もともと自分に自信が持てないところがあったので、「でも」失敗してもなんとかなる」というスタンスで事業をしている旦那を見て、「いいな」と思うようになって。サロンのお客様の中には、経営者の方がたくさんいらっしゃるんですけど、「なんとかなる」と言いますね。そういった周りの影響は少なからずあると思います。サロンでいるんな方の出会いがあり、物事を前向きに考えられるようになったことは私にとつてのいい変化だと思っています。
小山 これからも新しい楽しみを開拓していけそうですね。本日はありがとうございました。



NATURAROOM eight(ナチュラルームエイト)

安心・安全、美と健康 体の中からキレイになれるヘアサロン



安全な施術と地球環境への配慮を徹底

予約は平均1ヶ月半待ちという大人気サロン。内閣府NPOよりECOサロンの認定を受けており、オーナーがこだわってセレクトした髪・健康・地球環境にまで配慮したオーガニックメニューが充実している。

しっかりとしたカウンセリングをもとに、マンツーマンで素敵なスタイル作りを提供。理想のスタイルを実現するために、全てのメニューに頭皮環境を整えてたっぷりと水分を

補給するデトックスシャンプー、アクアヘッドエステが組み込まれているなどこだわりの施術を行っている。

さらに、安心・安全な施術を提供するため、カラーやパーマの前に頭皮に「プレ処理」を施術するのも、他にはない魅力の一つ。頭皮への刺激、嫌な薬品の匂いも限りなくゼロを目指しているため、敏感肌の方でも安心してリラクゼーションできる。

その他エステメニューなども取り揃えており、髪や頭皮、体質的なトラブルにもしっかり対応してくれるのでお悩みがある方は是非相談してみてください。

おすすめ美髪メニュー

毛髪への水分供給
アクアトリートメント
..... 90分 5,500円

特殊な技法により毛髪の深部まで水分を届け、トリートメント成分の浸透と定着を助けます。カラーやパーマによるダメージを大幅に軽減出来ます。すぐ髪が乾燥して広がる、クセ毛が広がって悩んでいる方には特におすすめ!

水分供給+頭皮ケア
アクアヘッドスパ
..... 100分 12,100円

抜け毛や痒みなどの頭皮トラブルでお悩みの方、髪にハリコシがほしい方には特に人気のあるメニューです。頭皮のスッキリ感や、呼吸のしやすさも実感するほどで、月に一度の心身のリセットになります。

美容を健康的に思い切り楽しんで頂くために



オーナー 高瀬さん

美髪とは心身の健康、ひいては地球環境と考え、創業時から私達が大切にしているコンセプトです。安全性と環境に配慮した施術を徹底し、安心と癒しをお客様に提供しております。髪や頭皮から届くメッセージは、時にお客様にとって大切なサインだったりします。それを感じ取り、より本質的なアプローチやアドバイスで美髪への道をお手伝いさせていただきます。

札幌市北区北14条西1丁目1-10
フォーサイトエルム 1F

TEL.011-796-0781
<https://naturaroom8.info/>



HP

ACCESS
地下鉄北13条東駅 徒歩6分

NATURAROOM eight(ナチュラルームエイト) / TEL.011-796-0781

◇アクアトリートメント 5,500円→4,400円
◇アクアヘッドスパ 12,100円→8,800円

※先着10名様限定
※12月末までに電話ご予約のご新規のお客様対象
(ご来店日はいつになってもクーポン価格は適用されます。)

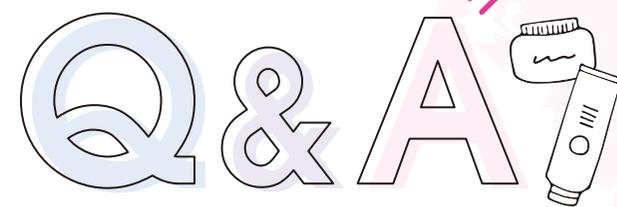


12月末日迄有効・新規限定・他券併用不可・受付時クーポン提示



プロ美容師に聞く! /

ヘアケアにまつわる



Q 乾燥で髪が広がったりパサつきます。良いケア方法はありますか?

A. 一般的に簡単なのは、アウトバストリートメントやオイル、バーム等で毛髪の保湿を欠かさない事です。シャンプー選びはもっと大切です。洗浄力の強いシャンプーは界面活性剤の影響でキューティクルが広がったり損傷したりして、水分がどんどんもっていかれます。かといってオイリー過ぎるのも頭皮には不健康な場合もあります。シャンプーは毎日のヘアケアの基本になる最も大切なポイントです。信頼出来る美容師さんに、しっかりとアドバイスをしてもらいましょう! また、紫外線もパサつきの原因になりますので、アウトバストリートメント等で保護してあげましょう。つむじは頭皮が直射日光に晒されるため知らぬ間に紫外線ダメージが蓄積され、秋頃に抜け毛や頭皮の乾燥として現れる傾向があります。日傘や帽子でガードしてあげてください。

Q 髪のハリ・コシを保つ方法を教えてください。

A. 週に何度か、頭皮と毛穴のクレンジングで頭皮環境を整えて、マッサージしながら頭皮を柔らかくほぐしてあげてください。白髪の原因とも重なりますが、頭皮の血流の状態が大切で、実は毛根には一つ一つに筋肉があります! 立毛筋といって、頭皮の血流が良いとしっかり働いて髪の毛が立ち上がりやすくなりますし、毛髪への栄養が供給されやすくなりますので、髪の毛にはコシが戻ってきます。また毛細血管の太さ=髪の毛の太さ(コシ)とも言えます。毛髪が細くなってきたら、血管を健康に保ってほしい!というカラダからのサインなんです!



Q 最近白髪が目立つようになりました。どう対策したらいいでしょうか?

A. 根本的な事を言ってしまうと、白髪の原因はストレスによる血行不良や、神経のダメージなんです。睡眠の質や食事のバランスを見直したりと、健康的な生活習慣と、ストレスとの向き合い方を考えていきましょう。そのうえで、エイジングケア用シャンプーや、血流に効果を期待出来るサプリメント、個人的にはプロコリスプラウトなんかをおすすめしています。



Q シャンプーにも正しい方法があるんですか?

A. もちろんあります! どんなに良質なシャンプーを使っても洗い方の基本は同じで、とても大切なことです。

- ① 泡立てはしっかり水分と空気を含ませて泡たてましょう。これは裏技なのですが、泡で出せるポンプ式の容器にシャンプーを入れ替えて、お水を足して常備しておく◎!! こうすると、汚れがしっかりとれて濯ぎ残しも防げます。しかも節約になり、環境にも良い習慣になるのでオススメです!
- ② 髪や頭皮を擦らず、優しく泡で頭皮を包み込むイメージで揉み込み洗いを。お湯の温度は37度程度が理想です。過度な摩擦と38度越えの熱いお湯は、頭皮の乾燥、フケ、痒み、細毛の原因になります。
- ③ 毛穴にトリートメントや石鹸カスが残ると抜け毛や痒みの原因となりますので、念入りにしっかりと濯ぎましょう。

初心者さんでも簡単にできる！旬の食材を使ったレシピをお届け！

Beginners Recipe

Lectured by

料理教室プリミエール
岩野 美穂先生
毎号旬の食材を使った
料理のレシピをご紹介します。



バター香る
やさしい味わい

（ほんのり苦いおしゃれな大人スープ）**ゆり根のポタージュ**

1 ゆり根は根元を少しずつ切りながら1枚ずつはがす。



2 鍋にバターとゆり根を入れ、透き通るまで炒める。



ゆり根の端が
少し透き通るまで
炒める

3 水と洋風スープの素を加えてゆり根がやわらかくなるまで煮る。ブレンダーやミキサーなどでピューレ状にする。（ブレンダー等がない場合は、裏ごしをするか、しっかりつぶす）



4 鍋に戻し、牛乳入れてひと煮立ちさせ、塩を加えて味を調える。器に注ぎ、好みで黒胡椒をふって完成。



材料(2人分)

- ゆり根 2個
- 牛乳 100ml
- バター 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- 水 300ml
- 黒胡椒 適宜
- 洋風スープの素 1/2個

point

きれいな白色に上げるため、下準備で汚れや茶色い箇所は丁寧に取り除き、炒める際は焼き色がつかないように注意しましょう。

料理教室プリミエール

受 講 生
募 集 中

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



初心者さん
大歓迎！



おいしいごはん
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。)
札幌市北区北39条西5丁目2-12(麻生キッチンリあん内) **受講生募集!** 詳しくはこちらから▶<https://0145premier.com/>



お得なクーポン ご紹介

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

ノンルージュ
クーポン
12月末日迄有効
新規限定・他券
併用不可・受付
時クーポン提示

白石区/北郷 ボディエイジングラボ マハロ @njd4945y

BODY AGING LABO MAHALO(マハロ)
TEL 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

初心者さん大歓迎! 12月は豪華な年末年始メニュー♪

季節の特別講座講座1回目は「今年のXmasは華やかに」ローストチキン。2回目は人気の「プリミエールで手作りXmasシュトーレン」シュトーレンはラッピングしてお持ち帰りできる。3回目は「オードブルおせち」牛肉のたたきのレシピをレッスン。



Menu

- ◇「毎日のおうちごはん講座」「季節の特別講座」どなたでも受講可能(1回3,500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

料理教室プリミエール / TEL.090-6446-0145

- ◆季節の特別講座 単発受講 1回 3,500円
- ※12月受講に限り、何度でも受講可

ノンルージュ
クーポン
12月末日迄有効
新規限定・他券
併用不可・受付
時クーポン提示

北区/麻生 @premier_sapporo @710exfvw

料理教室プリミエール@麻生
TEL 090-6446-0145

札幌市北区北39条西5丁目2-12(麻生キッチンリあん内)
(営)10:00~20:30※完全予約制
(予約受付時間 平日10:00~17:00)
(定)不定休
<https://0145premier.com/>



完全予約制

今月は
ゆり根のおはなし



知ればくらしがもっと豊かになる

食と文化の おいしい話

food & culture column

Vol.
37

旬の食材や行事、食文化から見える
北海道の食の「おいしい話」を毎月お届けします。

ゆり根も生産量日本一!

この時期になると出回るゆり根。店頭でもよく見られるようになり、年々年末年始には茶碗蒸しに、きんとんと、北海道のお正月料理にも使われることが多いゆり根。それもそのはず、このゆり根も日本の生産量のうち真狩町を主産地とする北海道産が99%! やはり北海道は、生乳をはじめとするいろいろな農作物の生産日本一だけに、日本の食料基地北海道と呼ばれるのも納得ですね。

ゆり根の花

ゆり根の花を見たことありますか? 食用のゆり根の種類はいろいろありますが、北海道の栽培されている多くはオレンジ色の花びらで黒い斑点がたくさんあるコオニユリです。私も初めて見たときは「えっ! このユリがそうだったの?」という程、子ども頃はあちこちに咲いていて、

日本のほとんどのゆり根が北海道産なので、原っぱがたく

さんあつたその昔は普通に住宅地にもオニユリの花が自生していたのでしょね。かつては全国的に作られていたゆり根ですが、高温多湿を嫌う作物のため、次第に日本の中でも比較的涼しい北海道が主な産地になったようです。

収穫までに6年もかかるゆり根

鱗片を一枚ずつはがし、炒めても揚げても甘くてホクホクと美味しいゆり根ですが、このゆり根、実は収穫されるまでに6年もかかります。春に植えて冬に収穫し、おがくずで休ませてまた春に植えて冬に収穫し、を繰り返して3年目でようやく種になる母球ができます。それをまた同じように春に植え、秋に掘り起こし、また春に植え、を繰り返してようやく6年目で収穫となるのです。本当に時間も手間もかけられ大切に育てられるんですね!

この時期しか食べられない冬の味覚、ありがたかったですね。

お話ししてくれたのは...
一瀬 美絵 先生

料理教室ブルミエール代表。生活クラブ生協元理事・食育インストラクター。「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。

料理教室ブルミエール

おいしいごはん
受付 090-6446-0145

information

札幌市北区北39条西5丁目2-12 麻生キッチンリあん内
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



3名様

1 キリン 午後の紅茶 TEA SELECTION クリーミーティーラテ

400mlペットボトル 1箱24本入り

ティー セレクション
午後の紅茶 TEA SELECTIONから「クリーミーティーラテ」が新登場。生クリームの濃厚さとアプリコットやピーチの香りがマッチした華やかな味わい。

提供/北海道キリンビバレッジ株式会社



1名様

2 イナースオーガニック ハンドリフレッシュングミスト70

1本(100mL)

アルコール70%配合のハンドミスト。たっぷりと潤いを与えながら手指を清潔に保つことができます。ハーバルシトラスの香りでもりフレッシュ。

提供/株式会社シー・ビー・エス



1名様

3 ICR 3D クリアクリーム Wホワイト

1個(30g)

メラニン生成のメカニズムを見つめて誕生した、スキンケアアクリーム。みずみずしいテクスチャーでキメを整えながら肌になじみ透明感を高めてくれる。

提供/株式会社リー・プログループ

プレゼント応募&読者アンケート投稿方法

【ハガキの場合】

〒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今後取り上げてほしい特集は? ⑬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。⑭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・自炊レシピ・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) ⑮【アンケート企画】バレンタインの思い出エピソードがあれば教えてください。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で使用し、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>



【応募締め切り】

2023年12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。

【プレゼント応募・読者アンケート投稿用記入用紙】(コピー可) □は回答必須項目です

ふりがな 氏名		ニックネーム	
性別 女・男	年齢	既婚・未婚	職業
住所 〒		電話番号 ()	
ノンルージュはどこで入手しましたか?			
今月号で面白かったページとその理由は?			
今月号でつまらなかったページとその理由は?			
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・自炊レシピ・カフェ・スイーツ・観光・ホテル・ペット・医療・貯金・芸能・その他()			
【アンケート企画】バレンタインの思い出エピソードがあれば教えてください。			
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	



1年間ため込んだ
全身のセルライトと
疲労をリセット!

10:00~15:00 入店限定割引 (土曜可)

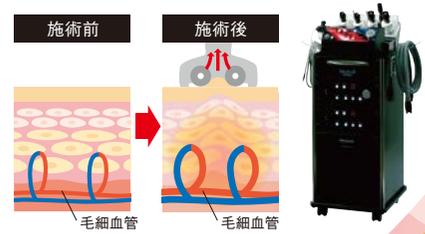
ハッピー アワー割 開催

ハイブリッドメディセル
全身筋膜リリース 40分

8,000円 (税込) 2023年
12月末
まで

筋膜リリース専用マシン
ハイブリッドメディセルとは?

脂肪とセルライトを分解・排出させながらインナーマッスルを鍛え、瘦せやすい身体に導いてくれるマシン。メディセルは特殊なローラーでボディメイクをしながら毛細血管を拡張させて血行を促進させます。



※イラストはイメージです

BODY AGING LABO
MAHALO
[ボディエイジングラボマハロ]
メディセル正規認定店

■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
LINE@はこちら 札幌市白石区北郷8条7丁目10-15
(営)9:00~19:30 (休)日曜日
▶LINE@からご予約可能 [24時間受付]
ID: @njd4945y

[公式HP]
[MAP]

北白石
中学校
マハロ★
セブン
イレブン 274

