

TAKE
FREE

女性を応援するフリーマガジン[ノンルージュ]

non rouge

2025 / *december* / No.248



pick up!

何となく太りやすくなつた…を解決！

痩身メンテナンス

心ときめくトレンドネイル
CLASSY NAILS
COLLECTIOS

Beginners Recipe
ハニーマスタードチキン

ノンルージュ的野鳥図鑑

資生堂

冬コスメ特集

ホリデーシーズンを華やかに彩る
おすすめのコスメをご紹介



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2026.1月号は
12月25日(木)発行予定です

WEBサイト
ノンルージュ 検索
www.nonrouge.net

@non_rouge
@non-rouge

SAPPORO BEAUTY MAGAZINE
non rouge

04 年末年始のイベントを華やかに彩る冬コスメをご紹介
資生堂 冬のメイクアップ特集

06 *Features*
なんとなく太りやすくなった!?をそのままにしない

大人のための痩身メンテナンス

10 大人の身だしなみは指先から
心ときめくトレンドネイル



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



18 ノンルージュ編集部の気になるアイテム徹底リサーチ

23 Beginners Recipe ハニーマスタードチキン



25 食と文化のおいしい話



26 読者プレゼント&アンケート投稿方法

27 ノンルージュ的野鳥図鑑

よろしくね!

**ノンルージュ公式
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! みんな仲良しくしてね☆

のんるんの可愛い
LINEスタンプ販売中!

のんるん LINEスタンプ

LINEスタンプ

のんるん LINEスタンプ

Hokkaido Sapporo

おすすめ 札幌中心部出発! 日帰りバスツアー

北海道の人気スポットからグルメまで、気軽に楽しめるバスツアーです。
旅行代金や詳細は2次元コードからチェック!

ツアー前日までお申し込み可能! & 1名様以上で催行!

※満員の場合はご利用できない場合もございます。

オススメツアーラインナップ 春～秋のご案内(4～11月)



4～11月

行動展示で人気の旭山動物園と
富良野散策&美瑛・青い池日帰り



6～9月

【オムカレーランチ付!】
富良野お花畠鑑賞と
美瑛・青い池・ニングルテラス

富良野の色彩豊かなお花畠鑑賞と美瑛の幻想的な青い池や大自然に囲まれたお洒落なニングルテラス散策!ご当地グルメ・オムカレーに舌鼓!富良野・美瑛を網羅した欲張りプラン



7～8月

【名物ランチ&メロン食べ放題!】
富良野ラベンダーと
美瑛・青い池・ニングルテラス

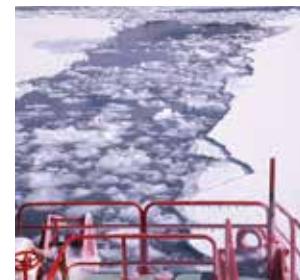


7～9月

夏の絶景・積丹半島!
新鮮採れたてが旨い旬の
海鮮丼の昼食と小樽の酒蔵見学

夏のベストシーズンに行くコバルトブルーに輝く積丹半島周遊!昼食は豪快!新鮮!海の幸をどんぶりで味わう海鮮丼に舌鼓!小樽の酒蔵での試飲もお楽しみ※ウニ丼も選べます。

秋～冬のご案内(11～3月)



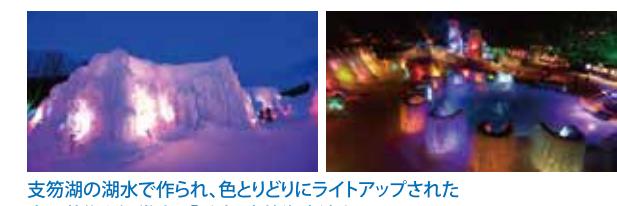
オホーツク海に流れ着く流水を「流氷碎氷船ガリンコ号」でクルーズ



ペンギンパレードも見られる冬の「旭山動物園」



ライトアップされた幻想的な「層雲峠温泉氷瀑まつり」



支笏湖の湖水で作られ、色とりどりにライトアップされた
氷の芸術を観賞する「千歳・支笏湖氷濤まつり」

上記を巡る日帰りコースを予定しています。準備が整い次第WEBにUPされますので、詳細は2次元コードからご確認ください。
上記以外にもおすすめコースを準備しています。

詳細はこちの2次元コードから
ご確認ください



メイクしたてのつや・透明感が1日中続く^{※1}
粉感レスのつやキープ美容液パウダー

パウダー1粒1粒を美容液成分でまるごと包みこむことで、メイクしたてのつや・透明感が続く、美容液仕立ての粉感レスなフェイスパウダー。毛穴補正・カバー効果も搭載。浸透型うるおい美容液αを配合し、角層のすみずみまでうるおいを届けます。

※1 13時間化粧持ち(毛穴の目立ちのなさ・毛穴落ちのなさ・つや・透明感・カバー力のなさ・うすれのなさ・皮脂崩れのなさ・粉っぽさのなさ)データ取得済み。(メーカー調べ。効果には個人差があります。)

〈マキアージュ〉
エッセンスグロウキープパウダー
(シアーアイボリー、シーラベンダー)
8g 3,850円(税込) / レフィル 8g 3,080円(税込) ※参考小売価格

ノルージュ編集部
おすすめPOINT
カバー力と透明感を両立し、自然な仕上がりを叶えます!

全2色



色だけでなくツヤがあふれて持続する
次世代^{※1}リップティント

ティント成分で唇をほんのり染めながら、2種のオイルがツヤの層を形成し、ふくらとした厚みのあるツヤとうるおいをキープ^{※2}。保湿美容成分^{※3}配合で、リップティントでありますながら、つけるたび“ツヤツヤぷるぷるな唇”へ導きます。

※1 マキアージュ内 ※2 8時間仕上がり持続(色・ツヤ・なめらかさ)データ取得済み。(メーカー調べ。効果には個人差があります。) ※3 アラントイン、グリコシルヘベベジン、グリセリン、スーパーヒアルロン酸(アセチルヒアルロン酸 Na)

〈マキアージュ〉
リップグロウパウム
5g 3,080円(税込)
※参考小売価格

ノルージュ編集部
おすすめPOINT
つけたての発色とツヤ・うるおいをキープし、きれいな仕上がりが続きます♪

全7色

ニュートラル ブルーベース イエローベース

BE215 ももボム RD315 りんごボム RD415 いちじくボム RS515 あすきボム PK215 さくらボム OR315 あんずボム BR515 くるみボム



資生堂

Winter

瞬間カバーするのに、厚塗り感ナシ!
うるんだつや肌が1日中続く^{※1}!

隠すのではなく素肌を生かして美肌をつくるプロのメイクを再現する技術を搭載。まるでプロが仕上げたように、光の効果で、厚塗りにならずにカバーを叶えます。肌そのものがうるおったような、みずみずしいつやが長時間^{※1}持続します。

※1 13時間化粧持ち(つや・化粧崩れのなさ・カバー力)持続データ取得済み。(メーカー調べ。効果には個人差があります。)

〈インテグレート〉
プロフィニッシュクッション
(ライトオーカル、ピュアピンク、オーカル)
12g 2,970円(税込)
レフィル 12g 1,980円(税込)
※参考小売価格

SPF 50+ PA+++
全3色

ノルージュ編集部
おすすめPOINT
気になる毛穴・色ムラ・ニキビ跡を厚塗り感なくカバーしてくれます♪



Information

取材協力 資生堂ジャパン株式会社

資生堂の
この季節おすすめ
美容情報をチェック



秋冬トレンド
メロミメイク①

秋冬トレンド
メロミメイク②

冬のスキンケア
冬のベースメイク
&メイク悩み

自まつげ補整で
上向きシルエットキープ!

美シルエットが長時間^{※1}続くマスカラ下地。まるで自まつげが伸びたようなくりんと上向きカールの繊細ロングなまつげを叶えます。

※1 12時間仕上がり持続データ取得済み。(カール・ロング・じみのなさ) (メーカー調べ。効果には個人差があります。)

ノルージュ編集部
おすすめPOINT
ウォータープルーフタイプなのに、お湯と洗顔料ですっきりオフできます!

〈マジョリカ マジョルカ〉
ラッシュシルエットキーパー
6g 1,430円(税込) ※参考小売価格



瞳と肌に自然なグラデーションを
生み出すアイライナーリキッド

その人が生まれ持つ、目もとの影、形、瞳と自然に一体化する光ぼかし効果で、自然なのに存在感のある目もとに仕上げるリキッドタイプのアイライナー。

ノルージュ編集部
おすすめPOINT
スムーズな描きやすさを実現し、太くも細くも自在に描けます!

全2色

〈インウイ〉
アイライナーリキッド
(ナチュラルブラック、ナチュラルブラウン)
4,400円(税込)
カートリッジ 1,980円(税込)
※参考小売価格



なんとなく 太りやすくなつた!?をそのままにしない



マシンでの施術が体に影響を及ぼすことはありますか?

A. 痩身マシンは、体に負担をかけずに脂肪・筋肉・筋膜へ働きかけ、血行促進や深部体温の上昇、代謝や筋力の向上をサポートします。これにより、体质改善への効果が期待できます。ただし、体調や疾患により施術不可な場合もあります。安心して受けられ、結果を最大限出すには何が一番自分に合うのか、事前カウンセリングを受けて判断することが大切です。



痩身エステとダイエットって何が違うんですか?

A. ダイエットとは本来、食事療法や生活習慣の見直しにより健康的な体作りをすることで、「減量」だけが目的ではありません。まさに生き方そのもの! 痩身エステはマシンやマッサージによって浮腫みや脂肪、筋肉に働きかけてボディラインを整えることを目的とします。痩せやすい体作りや見た目の変化や維持に効果的です。



施術を受けている間も運動は必要ですか?

A. 続かない運動ならオススメではありません。もちろん軽いストレッチやウォーキングなどで相乗効果は高まります。施術で整った体を維持するために無理なく出来ることを習慣化する方が大切です。例えば、正しい姿勢への意識を持つことや水分を摂る、入浴で体を温める、早寝早起き、バランスのよい食事を摂るなど、体のベースを整えていくことが◎!



1回の施術で効果を感じることはできますか?

A. 痩身業界自体が素晴らしい進化を遂げており、一度で結果が目に見えるマシンや施術、サプリメントが日々研究されています。マシンによっては施術直後にไซズダウンなど変化を実感される方もいらっしゃいます。直接脂肪や筋肉に働きかけるものもあり、リバウンドレスな体作りが可能に。もちろん個人差はありますが、継続することで理想のボディメイクへ導きます。

大人のための「痩身メンテナンス」



年齢を重ねるにつれて、「食べる量は変わらないのに太りやすくなつた」「運動しても、若い頃ほど効果を感じない」と感じることはありますか?

その原因の多くは、代謝の低下や体の巡りの滞りにあります。生活習慣や加齢による変化が影響していますが、忙しい毎日の中でそれを改善するのはなかなか難しいもの。

そんな、がんばっても結果が出にくい悩みにアプローチできるのが痩身エステです。痩身エステとは、マッサージやマシンを用いて体を引き締めたり、痩せやすい身体づくりを目的とした施術のことを言います。単に痩せるだけでなく、体の内側から整えることで健康的で軽やかな体を目指せるトリートメントとして注目されています。

エステは敷居が高い、贅沢なものと思われがちですが、実はもっと身近な存在。心と体を整えるメンテナンス習慣として取り入れる方も増えています。

今月号では、「なんとなく太ってしまう…」という悩みに寄り添う痩身エステの魅力を、札幌のエステサロン「ボディエイジングラボ MAHALO(マハロ)」さんに伺いました!

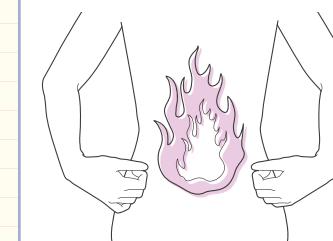
痩身エステのメリットとは?

部分痩せができる



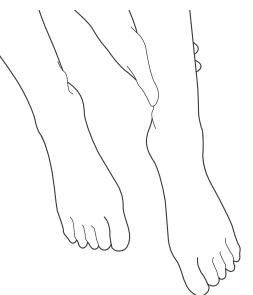
機器などによるピンポイントのアプローチで、ダイエットでは難しい部分痩せも可能!

代謝がアップする



血液やリンパの流れを促す施術が多いため、基礎代謝の向上が期待できる!

むくみを解消できる



体の余分な水分や老廃物を排出できるため、むくみの解消にも繋がる!



回復力がダウン

疲労が溜まると活性酸素が増え、エネルギーを生み出す力が低下してしまいます。代謝も落ち、さらに疲れやすくなるという悪循環に…。忙しくてなかなか休めないという人は、整体やマッサージなどでプロの手を借りて疲労をリセットする方法がおすすめです!

整える力がダウン

ストレスが溜まつたり睡眠不足になるとホルモンバランスが崩れ、自律神経の乱れや基礎代謝低下など様々な悪影響を及ぼします。結果的に脂肪もつきやすくなってしまうので、十分な睡眠やストレッサーなど、心と体の休息時間を取って、巡りを整えてあげましょう。

流す力がダウン

冷え・運動不足で血行やリンパの流れが悪くなると、老廃物が溜まり顔や脚がむくみやすくなります。このバランスの変化が自律神経や体温調節に影響し、代謝が不安定になることもあります。入浴や温熱ケアで体を温める習慣をつけ、体を冷やさないようにすることが大切です。

燃やす力がダウン

筋肉は代謝の要! 20代後半を境に筋肉量はどんどん減少していきますが、実は栄養不足も筋肉の合成に大きく関わっており、太りやすい体になる原因の一つです。食事の内容を整えたり、日頃から入浴や運動を習慣化して筋肉を衰えさせないようにしましょう。

加齢だけじゃない!
大人の代謝ダウンの理由とは?

なりたい自分をプロデュース! 「健・美・痩・癒」を叶えるプライベートサロン



様々な不安から諦めてしまったり
自分を後回しにしがちな女性の皆様へ



オーナー 伊藤さん

気楽にお越し頂けるよう心がけ、結果重視の瘦身サロンとしてお客様のお気持ちに寄り添い愛情いっぱいに全力サポートを続けて15年、健康的に美しく輝いていくお客様と感動を共有して参りました。迷ったらまずはカウンセリングへお越しください。一緒にオーダーメイドプランを立てられます。美容道35年の私にお任せ下さい。お会いできるのを楽しみにしております。

札幌市白石区北郷8条7丁目10-15

TEL.011-598-6063

<http://www.mahalo-sapporo.com/smart/>

ACCESS

中央バス「瑞穂中央」から 徒歩1分



HP

ボディエイジングラボ マハロ / TEL.011-598-6063

◇フローズンリフトプロ 38,000円→15,000円

◇最速最強瘦身トリプルマシンケア(フローズンリフトプロ・ハイブリッドメディセル・マッスルダイヤモンド) 62,800円→25,800円

◇マッスルダイヤモンド 5,000円→2,500円



12月末迄有効
新規限定・他券併用不可・受付時
クーポン提示

今年で15周年を迎えたMAHALOは、ダイエット&筋膜リリースに特化した女性専用プライベートサロン。「美と健康を通して、笑顔!!ハッピ!!」が溢れる時間を貴女へ」をコンセプトに一人ひとりの心身に寄り添い内側から輝く美しさをサポート。全国、ビューティーコンテストで優秀サロン賞受賞2冠を達成した実力を持つオーナーが、自ら体験&体感した結果重視の本格メニューを厳選。「食習慣」

「心の在り方」「ホルモンバランス」といった生活習慣に視点を置き、脂肪燃焼や不調改善を目指していく。自宅の一室を利用したアットホームな店内では、丁寧なカウンセリングで寄り添い不調の原因を追究。ホームケア方法もアドバイスしてくれるので、施術後も効果を最大限実感できる。さらに、オーダーメイドプログラムも立てられるので、「ダイエットを本格的に始めたけれど、何からすればいいか分からぬ…」とお悩みの方は、ぜひ相談してみては。

Body Aging Labo
MAHALO

MAHALOの/ 巡る体をつくる! おすすめ瘦身メニュー

コンプリート神マシン ハイブリッドメディセル

特許取得の干渉波EMS+皮膚吸引で筋膜の癒着を解消。「緩めて」「ほぐして」「引き締め」「流す」を同時に実現できます。脂肪と深層筋へのアプローチでセルライトケア・ボディメイクからコリや痛み改善・疲労回復など、幅広い効果で人気の優秀マシンです。



燃える体にチェンジ ヘルシー耳つぼダイエット

現役医師が検証済・30年の実績あるヘルシー耳つぼダイエット。血液の質に着目し、最新栄養学×耳つぼ×食事によって体内から整えることで、筋力を低下させずに脂肪が燃えやすい体にしていきます。運動なしで美味しい食べながら、健康と美しさを叶える体質改善プログラムです。



最速瘦身 フローズンリフトプロ

脂肪細胞にダイレクトにアタックし、効率よく脂肪を分解・排出。冷却システムを搭載し、より安全に! 快適かつ痛みの少ないハイパワーショットでボディメイクします。たった30分で完了させることができ、部分痩せも叶います。リバウンドレスなすっきりボディへと導きます。



寝たままらく痩せ! マッスルダイヤモンド

スクワット3万回分の衝撃で脂肪を減らし、筋肉を鍛えるWアプローチマシン。EMSの8倍とも言われる強力電磁場は、週に1・2回の計4~6回、30分寝ているだけの施術で体脂肪減少・筋力をアップさせるというデータも出ています。最先端マシンで理想の自分をデザインしましょう!



大人の身だしなみは指先から。心ときめくトレンドネイルを毎月ご紹介！

CLASSY NAILS COLLECTION

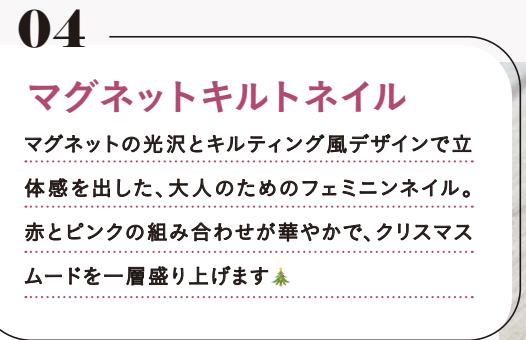
札幌市内のネイルサロン「nail sabot」さんから、お店でも人気の高いトレンド感溢れるデザインを毎号お届けします！
大人女性だからこそ似合う華やかな上品ネイルで、日常に彩りを添えてみるのはいかがでしょうか？



03

ゴールドフラワーネイル

シャンパンベージュとブラウンのニュアンスカラーに、繊細なゴールドのローズが咲くノーブルな指先。肌なじみの良い色合いが上品さを引き立て、シンプルながらも洗練された印象を与えます。



04

マグネットキルトネイル

マグネットの光沢とキルティング風デザインで立体感を出した、大人のためのフェミニンネイル。赤とピンクの組み合わせが華やかで、クリスマスマードを一層盛り上げます。



05

フラワー×マグネットネイル

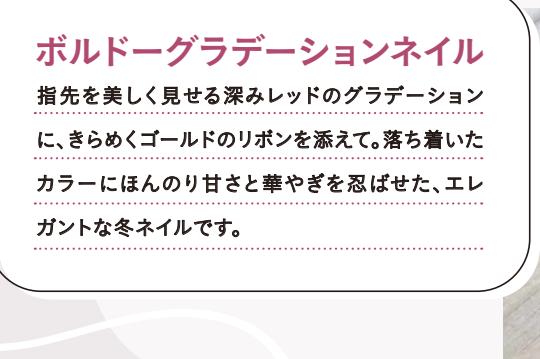
ネイビーとシャンパンゴールドを組み合わせた、クラシカルなホリデーネイル。煌めくストーンとゴールドパーツで描くチェック柄が、知的かつゴージャスな印象を演出します。



01

雪の結晶ネイル

透明感のあるホワイトに、繊細な雪の結晶とパールのリースを添えて。静かな雪景色を思わせる上品なデザインは、冬の指先を華やかに彩ります。クリスマスシーズンの装いにもぴったり。



02

ボルドーグラデーションネイル

指先を美しく見せる深みレッドのグラデーションに、きらめくゴールドのリボンを添えて。落ち着いたカラーにほんのり甘さと華やぎを忍ばせた、エレガントな冬ネイルです。



Mini column

大人のための爪の「健康チェック」

ふと見た指先に、縦筋やくすみ、二枚爪を見つけたことはありませんか？ 実はそれ、体からの小さなサインかもしれません。爪は約半年かけて生え変わるために、生活習慣や体調の変化が表れやすいパーツ。縦筋は加齢や乾燥、睡眠不足が影響していることも。黄ばみや黒ずみは血流や栄養バランスの乱れ、二枚爪は洗剤や摩擦によるダメージのほか、タンパク質不足が原因の場合もあります。日々のハンドクリームやオイルでの保湿ケアに加え、バランスの取れた食事と十分な休息を心がけて。美しいネイルカラーも、健やかな素爪があってこそ輝きます。今こそ、指先から「私の健康」を見直してみませんか？

取材協力

nail sabot ネイルサボ

札幌市北区西茨戸5条1丁目5-27
JR篠路駅より車で8分（1台分駐車場あり）

TEL.080-3230-7393

ご予約は電話または予約サイトにて

MENU
・ワンカラー 5,830円(税込)
・シンプル定額デザイン 6,820円(税込)
デザイン例はInstagram・LINEで公開中！





無料カウンセリング実施中



緑の森皮フ科クリニック

Advanced Dermatology and Laser Center

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)

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



0120-460-470

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



スマホ・携帯サイトへはこちらから▶

緑の森

検索

- 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
- その他 ● 巻き爪治療
● ピアス(ボディピアス)

インナーブランド商品オフプライストア『リラクシング』

RELAXING

初出店!

期間
限定

最大
60%
OFF

有名ブランドのインナーウェア、ホームウェアを
最大60%OFFにて期間限定販売

素材の開発から生地づくり、デザインから生産・販売まで、
100年以上の歴史で培った経験を活かし、世界を舞台に展開する
総合アパレルメーカーが運営するオフプライストアです。

当店取り扱いのブランドは、全て国内正規品です。 ROYNE CO.,LTD. royne.co.jp



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：札樽自動車道小樽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)



Guest

札幌そろばんファクトリー 副代表
若松 彩 様

教育大学で小中高の教員免許を取得。卒業後、釧路市役所に2年間勤務。結婚とともに「札幌そろばんファクトリー」を夫婦で開塾。現在約140名が通い、今年で13年目を迎える。そろばん選手として、そろばん札幌一、全道大会2位など多数の戦績を持つ。そろばんの月刊情報誌「サンライズ」で執筆連載中。3児の母。
<https://www.s-s-factory.com/>

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。

美を探求する対話

美容総合メーカー社長であり開発者として
美容業界32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。

Naofumi Koyama presents | Vol.67

大浴場・岩盤浴と美味しい料理で今日も一日リフレッシュ!

モエレ天然温泉
札幌市東区中沼西1条1丁目11-10

たまゆらの杜

24時間営業

年中無休



岩盤浴の効果

ビジネスマンの
大きな味方



入浴料 + 深夜料金 で
朝まで滞在OK!

お休み処で
ゆっくりと

★深夜料金をお支払いいただきますと朝9時まで滞在が可能です。



宴 たまゆらの杜 ご宴会プラン

小宴会～大宴会(約100名様)
受け賜われます。

ご予算に応じてコース内容等、ご提案させていただきますので是非お気軽にお問合せください。スタッフ一同心よりお待ちしております。



宴会特典

★ご入浴 ★団体送迎バス(10名様以上)
★タオルセット ★カラオケ ★室料2時間

※最終宴会開始は14:00となります。

●季節や食材の仕入れにより、料理内容変更もございますので何卒ご了承下さいませ。
●ご予算に応じてコース内容等、ご相談承ります。



お昼限定

松花堂弁当コース



天然温泉でやすらぐ、完全個室でくつろぐ。

個室ルーム OPEN

男性専用



お問い合わせ
TEL 011-791-6666

詳しくはこちらから ➔ [たまゆらの杜](#)



選手として指導者として

子ども達の心の豊かさ、内面の美を育てる

そろばんで培う力と楽しさを伝え

夫婦でそろばんに没頭し
人生をかける

小山 そろばんにご興味を持たれたきっかけを教えてください。

若松 母が自宅でそろばんの先生をやっていて、私も小さい頃からそろばんを習っていました。全国大会などにも参加し、いまだに現役の選手としても続けているくらい、この競技の世界がたまらなく好きなんです。

いつかそろばんの先生になりたいと教育大学へ進学したところ、周りの影響から小学校の先生にも興味を持ち始めました。ですが教育実習に行って、授業で算数の筆算を教えていた時に、違和感を抱いたんです。その時に、「私が教えたいのは筆算ではなく、やっぱり珠

算式暗算なんだ!」と心から思えたことが、この仕事をする大きな原動力になりました。

小山 卒業後は市役所にお務めになつたんですね。

若松 就職する時はそろばんの選手生活を第一に考えて、仕事と両立できそ

うなイメージだった公務員になつたんです。そしてその頃、同じ選手仲間の夫と出会いました。夫も国家公務員だったのですが、結婚とともに2人とも退職し、夫婦でそろばん教室を開くことになりました。

小山 それまでの二人のキャリアを手放してでも開塾する夢が優つたんですね。

若松 実は夫の母もそろばんの先生だったのです

が、それでも最初はどちらの親からも反対されました。夫は開塾前にJRの大きな事故に巻き込まれ、幸

い難を逃れた経験があるんです。それが転機となり、一度きりの人生を後悔しない

ように生きたいと、この道を決心したようです。その後、夫がそろばん大会で日本になつたことも強い後押

しになつたと思います。今でも選手としても日々努力し続ける夫を尊敬しているんです。

若松 まさに「日暮れだからこそやりたい」と思って、大会でライバルに負けた喜びを味わいやすいんです。逆に、検定試験に落ちたり、大会でライバルに負けた悔しさが、また、大会で優勝した喜びを味わうなど、一緒に生まれる喜びが大きいも生まれ、目標を達成する喜びを味わいやすいんです。

小山 そろばんの魅力は何だと思いますか?

若松 まずはなんといっても暗算ができるようになることです。日常生活や社会に

出てからも暗算ができることは、間違ったなく自分にとつてプラスになりますし、自信にも繋がります。また

小山 そろばんは暗算力が

小さな失敗体験も、子ども

の心を育てる上で大切なことではないかと思うんです。

小山 そろばんは暗算力が身に付くだけでなく、心の成長を支えるたくさん要素が詰まっていますね。

そろばん さまざまな 豊かな心が

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

小山 A-I時代におけるそろばんの役割についてはどのようにお考えですか?

若松 A-Iやデジタルが普



そろばんの大会遠征
及している現代だからこそ
自分之力で計算すること
や、自分の頭を鍛えること
が必要だと思います。機械
を操作するのはやっぱり人
間なんですね。この時代
でも、そろばんという習い事
がなくならないのは、能力開
発ツールとしての役割が大きくなつたからだと確信して
います。お子様やお孫さん
にもぜひおすすめしたいと
思います!

小山 ご指導の中で大切にされていることはあります!

石のはんこ彫り
中学校の美術の時間に初めて彫って以来ハマリ、これまでに120個以上のはんこを製作しました。彫り終えて、初めて捺印する瞬間がたまらなく好きです。

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

そろばん を通して 経験をし 育まれる

若松

若松 私たちの教室は「そろばんで人を創る」をテーマとしています。そろばんで輝く大人を創る工場のような存在でありたいという思いを「札幌そろばんファクトリー」という教室名にも入れて、子ども達の豊かな心を

育んでいけたらと考えています。

若松 A-Iやデジタルが普

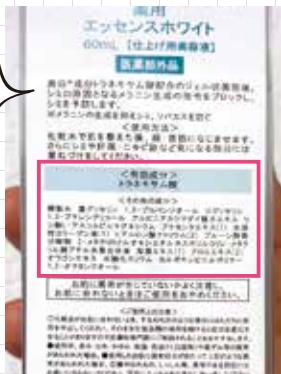
そろばん を通して 経験をし 育まれる

成分 豊富な 保湿・美肌 成分配合

お肌に嬉しい保湿・美肌成分をたっぷり配合!

肝斑ケアにもおすすめ

シミだけではなく、両頬骨に沿って左右対称にできる薄茶色のシミ「肝斑」のケアにも。



効果 トランキサム酸でシミケア



トランキサム酸が、シミの元となるメラノサイト活性化の抑制をサポートする!

「有効成分」トランキサム酸

有効成分とは、医薬品や医薬部外品に含まれる成分のうち、その医薬品などの目的である効果を表す成分のことです。

薬用エッセンスホワイトELはトランキサム酸配合の医薬部外品です

愛用者の声

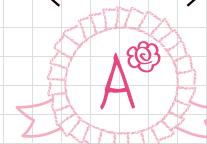


肝斑でお悩みの方が増えています

今年は日差しの強い猛暑日が続いたこともあります。シミや肝斑を気にするお客様が増えています。肝斑に大敵な摩擦を抑えることができるテクスチャーで、サロンでは目元シートでイオン導入してからそのままパックとして使っています。店舗でお客様にお勧めをして、ご自宅でも継続してケアしていただけるところも魅力です。

エステティシャン
サロンオーナー Hさん

総合評価



惜しみなく使えて、手軽にシミをケアできるのが魅力です!

持ち運び ★★★★★
使用感 ★★★★★
効果 ★★★★★
成分 ★★★★★



メーカー VOICE

役割の異なる2つの美白*成分で新しいシミをつくらせない

1. トランキサム酸の働き

メラニンの生成を命じる指示をブロックし、メラニンの生成を抑えます。さらに肌荒れ予防・年齢肌炎症をケアします。



2. アルピニアホワイトの働き

メラニンをつくらなくて良いという指令を出すメラニンブレーキシステムを活性化、過剰なメラニンをつくらない肌へ導きます。



トランキサム酸配合の美容液でこの価格は、高品質&適正価格のエスラボだからこそ実現できました。発売以来、業務用は肝斑ケアコースとしてメニューに取り入れるサロン様が続出。近年ホームケア需要が格段に増えたことから、店販用も飛ぶように売れたとお喜びの声をいただいています! 液だれしにくく目元パックしやすい、肝斑をピンポイントで狙える硬めのテクスチャー。精製水でテクスチャーをやわらかくするとイオン導入にもお使いいただけます!

株式会社 CBS
営業 Kさん

商品のお問い合わせ 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)
「ノンルージュを見て…」とお問い合わせください。※当商品はサロン専売品となっております。お求めはお近くのサロンまで。

*美白とは、「メラニンの生成を抑え、シミ、そばかすを防ぐ」ことを指します。*イラストはすべてイメージです

ノンルージュ編集部の

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… 頑固なシミや肝斑をケアしたい!

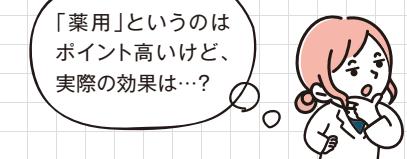
薬用美白*美容液で手強い肝斑もケアできるのか調査!

調査するコスメ

薬用
エッセンスホワイトEL
内容量 60mL / 5,280円
(税抜価格4,800円、税480円)



「薬用」というのはポイント高いけど、実際の効果は…?



調査員

ノンルージュ編集部 N
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。



60mLも入っていてコスパ◎。シミが気になり始めた人にピッタリの美容液!

見た目 …… Good
容量 …… Excellent!
コスパ …… Excellent!

使用感 ジェル状でスーッとなじむ



ジェル状で肌なじみがとても良い! 勁いなどの癖も無く、使いやすいです。

透明のジェルは肌なじみがよく、スーッと伸びて浸透します。化粧水で肌を整えた後、3プッシュを取り顔全体になじませ、シミや肝斑など気になる部分には重ねづけをしてください。

持ち運び 軽くてコンパクト!



◆本体は小さくてとても軽いので、持ち運びが楽々。旅行にも持っていきやすいサイズ感です! 容器が半透明で、残量が分かるのも嬉しいポイント♪

小さくても約1.5ヶ月分使えます!

※
深部加温で美チャージ

※角層深部

温感
RF \times EP
※
浸透
※角質層まで

CBS cosmetics
株式会社CBS

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

優木まおみ



深感覚RF

エレクトロポレーション×LED



RADIO PHOTRATION
minicure®
Excellent
エクセレント

商品のご購入方法

ラジオフォトレーションミニキュアエクセレント®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。

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

料理教室ブルミエール
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
していきます。



マスタードが旨味に！ **ハニーマスタードチキン**

1 手羽元はキッチンペーパーで
水気を拭き取る。皮目を下に
し、骨に沿って包丁やはさみで
切り込みを入れる。



2 材料をすべてポリ袋に入れて、
揉み込む。



3 空気を抜いて袋の口を結んで
30分以上浸ける。液漏れ防止
のために、ボウルなどに入れる。



4 オーブンを200℃に熱する。オー
ブンシートを敷き、皮目を上にして
並べ、15~20分焼く。
※フライパンで焼いてもOK



材料

・手羽元 8本
・醤油 大さじ2
・はちみつ 大さじ2
・粒マスタード 大さじ1
・おろしにんにく 1分

point

手羽元はそのままだと火が通りにくく、味も染みにくい部位。骨に沿って1~2本ほど切れ込みを入れておくと火の通りが均一になり、下味もしっかりと浸透します。また、身離れがよくなり食べやすさもアップ。見た目もきれいに、ほろりとやわらかく仕上げるためのひと手間です。

料理教室 ブルミエール

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



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(麻生キッチンりんあん内)受講生募集中! 詳しくはこちらから▶https://0145premier.com/



料理教室 Premier

Reader coupon

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30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
◆フローズンリフトプロ30分打ち放題
38,000円→15,000円



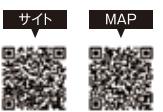
12月末迄有効
新規限定・他券併用不可・愛付
クーポン提示

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)
☎ 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/>



ピューター 完全予約制 カード可 P有 女性専用

12月は人気のXmasとお正月料理！受講生募集中

12月の特別講座1回目は「おうちクリスマスは華やかに」バルサミコチキンとポテトグラタン、焼きりんごバニラアイスのせ。2回目「お節オードブル」は牛のたたきジュレ添え、八幡巻き、アボカドと帆立のオードブル、雑煮。3回目は「はじめてさんのXmasシュートーレン」をレッスン。



Menu

◆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

◆12月の「季節の特別講座」どなたでも受講可(1回4,000円)

料理教室ブルミエール / TEL.090-6446-0145

◆季節の特別講座
1回 4,000円→3,500円
※12月受講に限り、何度でも受講可



12月末迄有効
新規限定・他券併用不可・愛付
クーポン提示

北区/麻生

@premier_sapporo @710exfvw

料理教室ブルミエール@麻生
☎ 090-6446-0145

札幌市北区北39条西5丁目2-12(麻生キッチンりんあん内)
(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/>



さっぽろの女性を応援するフリーマガジン

広告掲載してみませんか?

フリーマガジン
ノンルージュに

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

A large, stylized banner for 'non rouge' featuring the brand name in a blue, bubbly font. To the right, the text '主な設置店舗' (Main Distribution Stores) is displayed in a large, bold, black font. Below the banner, there is a message in Japanese about distribution in 10 city wards and parts of Ebetsu and Shiretoko. To the right of the message is a list of 12 distribution locations. Further right is a pink speech bubble with a cartoon character and text about distribution requests. At the bottom, there is contact information including a phone number and an email address.



data02 | キジバト

羽の鱗模様が美しいハトの仲間で、市街地にいる灰色のドバトとはほぼ同じ大きさ。ヤマバトという俗名もある。全国に広く分布し、北海道では春に飛来する夏鳥。山地の森林や疎林、農地など様々な環境に生息するため郊外ではよく目にする。繁殖期には「デーデー、ポッポー」と鳴き、フクロウの声と勘違いされることもある。



data01 | ニュウナイスズメ

明るい栗色の頭部が特徴的なスズメの仲間。メスは頭部が褐色で、眉斑という眉のような模様がある。民家の周辺でよく見かけるスズメによく似ているが、スズメは頭部が赤茶色で頬に黒斑がある点で区別できる。林縁や農地に生息しているため、人の営みを利用して市街地で生息しているスズメとは住み分けができる。



data03 | カササギ

腹部の白と鮮やかな金属光沢を帯びた羽、長い尾羽がどこか気品を感じさせるカラスの仲間。九州に存在する個体群が有名だが、元々日本には分布せず、16～17世紀頃に人の手によって持ち込まれた説がある。北海道では1980年頃から苫小牧市などで目撃され、近年は札幌市内でも姿を見かけることが増えている。

身近な存在であるスズメやカラス、ハトも少し自然のある所に足を伸ばせばまた違った種類が見られます。キジバトに関してはあまりにも色々な場所で見かけるため、タイミングや環境によっては一瞬猛禽類やシギ・チドリ類に見えて「なんだキジバトか」と思われるかもしれません。ついでにハズレ担当な印象を抱いてしまがちです。ですがまだ野鳥観察を始めたての頃は、大通公園などで見るドバトしかハト類を見たことがなかったのでたまたま郊外の畑にぽつんといた1羽のキジバトを見つけて大興奮したことをよく覚えています。自分の中でのキジバトは、そんな「初心忘るべからず」の気持ちをふとした時に思い出させてくれる鳥でもあります。

Shooting Postscript

ノンルージュ的

野鳥 錦

ノンルージュ編集部スタッフが撮影した、北海道の野鳥たちを毎月ご紹介！ ちょっとした豆知識に触れながら、かわいい鳥たちに癒されてみませんか？

PRESENT

1名様

1 チン!するレストラン in SAPPORO
特別招待チケット(日曜日限定)

1組(1組2名様)

11/28(金)～12/15(月)サッポロファクトリーホールで話題のイベントが開催！ 約200品の冷凍食品やアイスクリームを自分で“チン”して食べ放題で楽しめる(予約制)。

※詳細はイベントの特設HPをチェック

提供／株式会社日本アクセス



2 ICR 薬用リンクルスナイパー

1本(30g)

「シワ改善」と「美白*」Wの効果を持つ有効成分ナイアシンアミドを配合した医薬部外品クリーム。予防はもちろん、既にできたシミ・シワも改善する。

*メラニンの生成を抑え、シミ・バクスを防ぐ

提供／株式会社CBS



3 ICR 3D TANSAN ウォッショウ

1本(230g)

ふんわり吸着泡ですっきり、透明感のあるつるつる素肌へ！ 炭酸の力で、肌に必要なものは残して汚れをオフ。毛穴汚れもキレイに！

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 |
| 住所 | 電話番号 () |
| 性別 女・男 | 年齢 |
| 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・マイク・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・ベッド・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 |

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>



[応募締め切り]

2025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。

科学で叶える 美ボディ革命!!

楽して痩せたいはワガママじゃない!

話題のながら痩せ!!

30分寝ているだけで
スクワット3万回分の衝撃!!

muscle diamond

マッスル・ダイヤモンド

FDA,CE認証取得システム

6回

9,000円^(税込)

1回3000円でお試しもできます!

※インプラント、体内に金属プレート装着の方は施術不可

マッスルダイヤモンドの特長

"脂肪を減らしながら筋肉を鍛える" 最先端Wアプローチマシン

POINT
1

脂肪を減らす

不要な脂肪細胞そのものを分解・排出。
リバウンドしにくい体に導きます。

POINT
2

筋肉を鍛える

深層筋電磁気で徹底刺激!
インナーマッスルから表層までまんべんなく強化。
引き締めだけでなく、代謝アップや姿勢改善にも◎!

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



女性専用

TEL.011-598-6063

[営業時間] 9:00~19:30 [定休日]日曜日
札幌市白石区北郷8条7丁目10-15

■完全予約制 ■カードOK ■駐車場あり

PayPay 使えます!



ご予約・お問い合わせは
LINEからもお気軽にどうぞ

ID:@njd4945Y

[24時間受付]

「ちょっと気になる…」
そんな時もまずは
LINEでご相談ください!

