

TAKE
FREE

女性を応援するフリーマガジン[ノンルージュ]

non rouge

2026 /

January

/ No.249



お得なクーポンはSNSでも!

自分だけの「似合う」を見つけて、
もっと輝くあなたへ!

pick up!

骨格診断

資生堂

ハリ肌スキンケア

毎日が変わる! ハリ肌スキンケアアイテム

心ときめくトレンドネイル

CLASSY NAILS
COLLECTIONS

Beginners Recipe

焼きかぶとベーコンのスープ

ノンルージュ的野鳥図鑑

non rougeに掲載されている情報及び広告、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2026.2月号は
1月25日(日)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

04 毎日が変わる「ハリ肌」スキンケアアイテム
資生堂 ハリ肌スキンケア特集

06 *feature*
自分だけの「似合う」を見つけて、もっと輝くあなたへ!

「骨格診断」でなりたい自分をコーディネート

12 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
CLASSY NAILS COLLECTION

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気になるアイテム徹底リサーチ

23 Beginners Recipe 焼きかぶとベーコンのスープ

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



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

旭川・美瑛・富良野エリアの人気スポット
を網羅! 人気の旭山動物園や美瑛の丘・
幻想的な青い池、富良野ではファーム富
田でお花畑鑑賞またはお洒落なニング
ルテラスを散策



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

富良野農家・新鮮メロン食べ放題&ご当
地グルメ・オムカレーの昼食! 富良野ラ
ベンダー畑鑑賞と美瑛の幻想的な青い池や
大自然に囲まれたニングルテラスを散策



6～9月

【オムカレーランチ付!】
富良野お花畑鑑賞と
美瑛・青い池・ニングルテラス

富良野の色彩豊かなお花畑鑑賞と美瑛
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



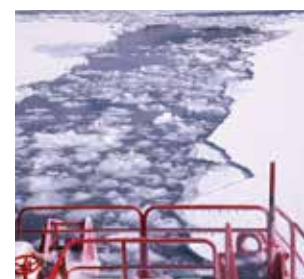
7～9月

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氷を「流氷砕氷船ガリンコ号」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「層雲峡温泉氷瀑まつり」



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・支笏湖水満まつり」



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。

満面のハリ美肌に導く、

エイジングケア※1化粧品&乳液

濃密なうるおいをすみずみまで届け※2、弾むようなハリとすっきり感へと導く化粧水&乳液。厳選された大地の恵みの美容成分※3が肌のベースを整え、内面から美しさを磨きます。

※1 年齢に応じたるおいケアのこと ※2 角層まで ※3 ナツメエキス・ケイヒエキス・オタネニンジンエキス・グリセリン(保湿)

〈ベネフィーク〉
ベネフィーク ローションEX I・II・III
【医薬部外品】
各200mL 7,150円(税込)
レフィル 各180mL 6,050円(税込)
※参考小売価格



ノンルージュ編集部 おすすめPOINT

軽すぎず重すぎず、すっと肌になじむテクスチャー。フローラルフルーティーの香りにも癒されます♪

〈ベネフィーク〉
ベネフィーク エマルジョンEX C・I・II
【医薬部外品】
各150mL 8,250円(税込)
レフィル 各130mL 6,710円(税込)
※参考小売価格

ノンルージュ編集部 おすすめPOINT

プチプラなのにデパコス並み!? 大人のハリ不足に嬉しい美容成分が贅沢に配合された優れもの!

〈アクアレーベル〉
スペシャルジェルクリームEX
(オイルイン)
90g 1,958円(税込)
つめかえ用 81g 1,705円(税込)
※参考小売価格



もちっとツヤ美肌

年齢を重ねた肌のオールインワン

パルミチン酸レチノール※1を新配合! 3種のオイルを濃縮したゴールドオイルカプセル入りのジェルがキメの奥までじゅわっと浸透※2、ふんわり密封。もちっとハリつや溢れる肌へ導く、エイジングケア※3のためのオールインワンです。

※1 保湿・肌なめらか成分 ※2 角層まで ※3 年齢に応じたるおいケアのこと



ノンルージュ編集部 おすすめPOINT

独自のマッサージメソッドを合わせて行うことで、より引き締まった印象の肌へと導きます。

〈クレ・ド・ポー・ボーテ〉
セラムラフェルミサンSn
40g 38,500円(税込)
レフィル 40g 35,200円(税込)
※参考小売価格

ハリとうるおいに満ちた肌に整える

4D※1ハリ美容液

弾むようなハリとうるおいに満ちた肌に整える4D※1ハリ美容液。顔の内側から肌を持ち上げる立毛筋に着目した独自開発の手技で、引き締まった美しい輪郭のある肌へ導きます。

※1 美しいフェイスラインの肌へ導くことに加えて、肌表面を整え見た目からもハリのある印象の肌へ導く独自の考え方のこと

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



酷暑の夏を過ごした
肌のスキンケア



おすすめ乳液
17選



目元&ほうれい線
ケア

資生堂

ハリ肌スキンケア特集

「なんだか肌の元気が足りなくなった…」と感じているあなたへ。資生堂から、毎日が変わるハリ肌ケアアイテムをご提案します。

うるおって小ジワ、大人毛穴まで目立たない

新・高機能エイジングケア※2化粧水・乳液

うるおってハリに満ちた肌へ導き、小ジワ※1、大人毛穴まで目立たせない高機能エイジングケア※2化粧水と乳液。ゆるぎないハリのための新・独自成分「コラジェネシス®※3」を配合し、うるおいを角層深くまで届けます。

※1 うるおいによって、乾燥による小ジワを目立たなくする ※2 年齢に応じたるおいケアのこと ※3 シャクヤクエキス、バラエキス、ヒドロキシプロリン、ミシマサイコ根エキス、グリセリン(ハリ保湿)

〈エリクシール〉
リフトモイスト ローション【医薬部外品】
(みずみずしいタイプba/しっとりタイプba)
170mL 3,410円(税込)
つめかえ用 150mL 2,970円(税込)
※参考小売価格



ノンルージュ編集部 おすすめPOINT

「みずみずしい」「しっとり」の2タイプの異なるテクスチャーから、季節や好みに合わせて選べます!

〈エリクシール〉
リフトモイスト エマルジョン【医薬部外品】
(みずみずしいタイプba/しっとりタイプba)
130mL 3,960円(税込)
つめかえ用 110mL 3,300円(税込)
※参考小売価格

純粋レチノール※でシワを改善

薬用リンクルクリーム

レチノール類で日本で唯一、シワ改善効果が認められた薬用有効成分「純粋レチノール※」配合の部分用クリーム。硬くなりがちな肌を柔らかなうるおいで満たし、目もと、口もと、首などのシワを改善します。

※ 有効成分レチノール

〈エリクシール〉
レチノパワー リンクルクリームba【医薬部外品】
S 15g 6,600円(税込)
L 22g 8,800円(税込)
L 22g つめかえ用 8,470円(税込)
※参考小売価格



ノンルージュ編集部 おすすめPOINT

みずみずしくのびが良いテクスチャーだから、べたつかず肌にしっとり密着します。額や眉間にも使うのもおすすめ!

骨格診断で³³なりたい、自分⁹⁹をコーディネート

パーソナルコーディネーターに聞く！骨格診断FAQ

Q 太ったり痩せたりしても骨格タイプは変わりませんか？

A. はい、骨格タイプは基本的に変わりません。骨や関節の大きさ、筋肉や脂肪のつき方の特徴によって決まるため、体重の増減では骨格自体は変わらないのです。ただし、痩せると骨や筋のラインが際立ち、太ると肉感が増すため、シルエットの印象が変わる事はあります。そのため、体型の変化に合わせて、骨格に合う着こなしを微調整すると、よりスタイルアップが叶います。

Q 男性にも骨格診断は役に立ちますか？

A. 男性にも役に立ちます。骨や筋肉のつき方、体のフレームによって似合う服のシルエットや素材が異なるため、骨格に合ったスタイリングをすることで体型をより引き締めて見せたり、スタイルアップが可能です。特にスーツやカジュアルウェアの選び方に活かせるため、自分に合う服を知ることで、洗練された印象やよりおしゃれで好印象な着こなしができます。

Q 骨格診断って具体的にどう診断するんですか？

A. 骨格診断は、手・首・胸元・腰・膝などの身体の特徴を視覚と触覚で確認し、骨や関節の大きさ・筋肉や脂肪のつき方・肌の質感を分析します。骨のフレームや筋肉などのつき方を見極めることで、体型に関係なく、その人に似合う服のシルエットや素材を導き出せるのが特徴です。骨格に合った服選びをすることで、スタイルがより美しく見えるようになります。

Q 自分の骨格に合うスタイリングが好みじゃない場合は？

A. 骨格に合う服はスタイルを良く見せる手段の一つですが、無理に取り入れる必要はありません。好みを大切にしつつ、骨格の特徴を活かすポイントを一部取り入れることで、自分らしくおしゃれを楽しめます。例えば、似合う素材やシルエットを着痩せたい部分だけ取り入れたたり、色やデザインで好みを表現することで、自分らしさとスタイルアップを両立できます。

骨格診断とは？

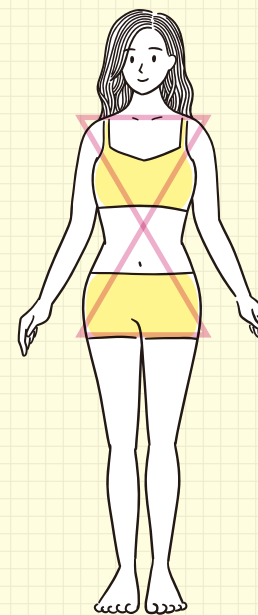
Navigator

トータルビューティサロン SEVEN STYLE さん(札幌東区)

骨格診断とは、体のラインの特徴や質感から自分の体型に合ったスタイリングを導き出すための理論のこと。骨格タイプを知ることによって似合う服が分かるので、「今のコーディネートがしっくりこない」「何を着ればいいのかいまいち分からない」といった悩みを解決し、最大限に魅力を引き出すことができます！

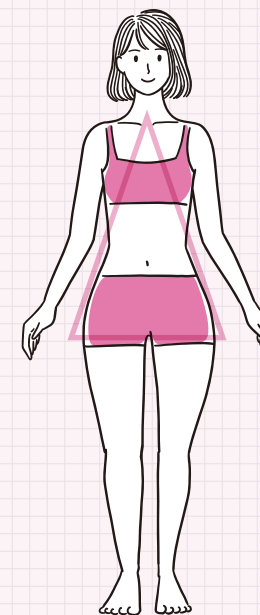
基本の骨格タイプをセルフチェック／

ストレートタイプ



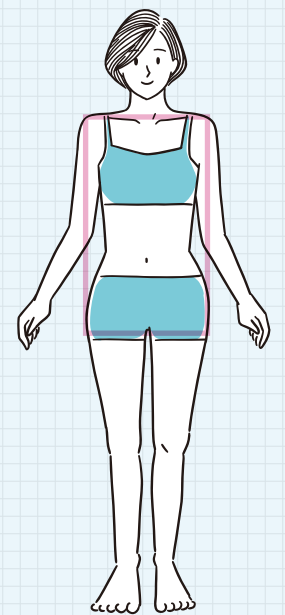
- ☑ 首が短め
- ☑ 鎖骨が目立たない
- ☑ メリハリのあるボディライン
- ☑ 腰の位置が高い
- ☑ 筋肉が付きやすい

ウェーブタイプ



- ☑ 首が長い
- ☑ 上半身の厚みがない
- ☑ 下半身に重心がある
- ☑ ヒップがなだらか
- ☑ 柔らかな肌質

ナチュラルタイプ



- ☑ 首が太め
- ☑ 鎖骨が目立つ
- ☑ 骨格がしっかりしている
- ☑ 直線的なボディライン
- ☑ 手足が長め

“未来が変わる”第一印象を創る トータルビューティーサロン



第一印象で損しない！！



オーナー yuukoさん

「なんだか垢抜けない…」 「自分に似合ってるかわからない…」 そんな悩み、ありませんか？ 第一印象は人間関係やチャンスが大きく左右します。でも大丈夫！ 初心者さんでも安心のわかりやすいファッションやメイクのご提案で、あなたの魅力を引き出します。今よりもっと第一印象を魅力的に変えて、新しい自分に出会う一歩を、ここから始めませんか？

札幌市東区※住所は予約確定後に
予約はHPから▶<https://7style-salon.com/>
@yuuko.life x yuuko.life

ACCESS
地下鉄環状通東駅 2番出口より徒歩5分



LINE

SEVEN STYLE(セブンススタイル)

◇「ノンルージュ見た」とご予約フォームに記入して頂いた方限定！

ご予約プラン+メイクレッスン30分プレゼント

ノンルージュ
クーポン

1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

自分をもちと好きになる
スタイルが見つかる！

アパレル販売歴20年・骨格
スタイルアドバイザー1級、顔
タイプアドバイザー1級等
多くの資格を持ったオーナーが
これまでの知識と経験を活か
し、一人ひとりの魅力を引き出
すトータルビューティーサロン。
プライベートをはじめ、婚
活・ブライダル準備・経営者
のブランディング・推し活と
いった幅広い分野で「自分に
似合うものを知りたい」という
人が多く訪れ、老若男女問わ

ず支持を得ている。
男女共に骨格診断、パーソ
ナルカラー診断、顔タイプ診断®
の理論をもとに「似合う」「好
み」「ライフスタイル」に合わせ
たスタイリングを提案。実際
にシヨップへ赴き、アドバイ
スを受けながらアイテムを一
探すシヨッピング同行も、人
気の高いプランとなっている。
また、男性一人での来店
の場合は男性アシスタントを
つけての診断も可能(無料)。
「変わりたいけれど何から始
めれば良いかわからない」とお悩
みの方は、ぜひ訪れてみては。

プロと見つける！あなただけの「似合う服」

骨格タイプが分かったら次は自分に似合う服探し…と言ってもなかなか難しいもの。そんな時はやっぱりプロの力を借りるのが一番！
札幌のトータルビューティーサロン「SEVEN STYLE」ではパーソナルコーディネーターによる骨格タイプを始めとした各種診断から、一人ひとりに合ったスタイリングのアドバイスなど、あなたの魅力をさらに引き出す様々なサポートをしてくれます。

MENU 01

パーソナルカラー診断

自分に似合う色がわかる診断です。肌・髪・瞳の色から
魅力を引き立てる色を導き出し、洋服・コスメ・ヘアカラー
選びに役立てます。得意な色・苦手な色がわかること
で買い物の失敗が減り、印象アップにもつながるのが
魅力。診断後は似合うコスメやメイク方法もわかるので、
新しい色にも挑戦できます。



MENU 02

骨格診断

自分に似合う形、素材、スタイルアップする方法がわかる
診断です。着太りや服選びの悩みが解消され、自分に
似合うアイテムやコーディネートに迷わなくなり
ます。診断後は、実際の商品を見ながら着痩せポイント
やコツを学べるので、好きなのに着太りと思っていたアイ
テムも似合わせることができます。



MENU 03

顔タイプ診断®

顔の輪郭やパーツの特徴を計測し、似合う形・素材・
テイストがわかる診断です。眼鏡・帽子・柄・アクセサリ
などの小物や、髪型やメイクの方向性まで明確にす
ることができます。診断後は自己理解が深まり、「可愛く
なりたい」など理想の自分がある場合、寄せる方法が
わかるのでコーディネートが楽しくなります。





Advanced Dermatology and Laser Center

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
取り揃え治療にあたっております。

- 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)

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

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)

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

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

JA共済

Web限定
先着!

キャンペーン期間中に
「こども共済」の資料をご請求
いただいた方に
JA共済オリジナルグッズを
プレゼント!

詳しくは、右記のコード
からアクセス▶▶▶

JAのこども共済
資料請求
キャンペーン

2026年3月27日(金)まで

教育資金の備えと万一の保障
JAのこども共済
おかげさまで契約実績約164万件*

No.1
学資に関する
共済・保険
契約件数

*2025年1月末現在保有契約実績(こども共済全タイプ合計)
学資金・税金等を支払うこども向け共済・保険の新契約件数をもとに試算。(各団体の統合報告書に基づくJA共済連調べ[2024年])

non rouge 主な設置店舗

市内10区のほか、江別市・石狩市も
一部店舗で設置しております!

中央区 北区 東区 白石区 厚別区 豊平区
清田区 南区 西区 手稲区 江別市 石狩市

以下店舗で配布・設置のご協力をいただいております。(一部)

- | | |
|---------------|----------|
| ● マックスバリュ | ● 北雄ラッキー |
| ● イオン | ● トライアル |
| ● イオンスーパーセンター | ● サンドラッグ |
| ● ザ・ビッグ | ● サツドラ |
| ● ザ・ビッグエクスプレス | ● 北のたまゆら |
| ● ホクレンショップ | ほか |

配布場所 募集中!

少ない部数からでもOK!
お気軽にHP・SNSへ
お問合せください。



※他調剤薬局、カフェ、商業施設、飲食店などに設置しております。
数に限りがございますので、設置されていない場合もございます。
予めご了承ください。

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

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月お届けします！
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

マグネット×ゴールドライン

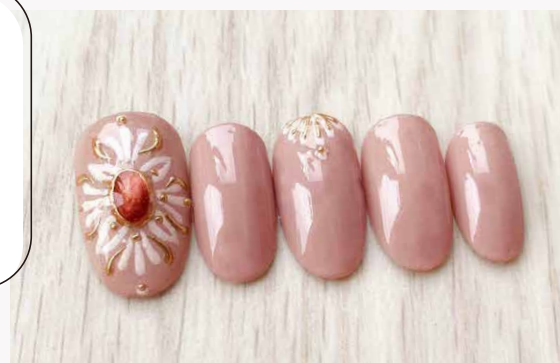
肌なじみの良いホワイトと、深みあるボルドーのマグネットで表現した紅白ネイル。アクセントのゴールドラインが引き締め役となり、落ち着いた大人らしさを演出します。



04

エスニックネイル

柔らかなピンクに、朝日が昇る瞬間を思わせるエスニック風アートをひとさじ。控えめながらも個性が上品に映え、新年の気分をそっと高めてくれます☀



01

和柄ネイル

鮮やかな赤にゴールドのスキニーフレンチと、日本の伝統文様「麻の葉」をあしらった華やかなお正月ネイル。指先から和の気品が漂い、新年の装いをより晴れやかに彩ります。



05

水引ネイル

クールなネイビーをベースに、水引をイメージした細やかなアートが映えるデザイン。ラメとパールの輝きが晴れやかな表情を生み、特別な日にも似合う端正な印象に仕上がります。



02

椿ネイル

ふんわりとミルキーなクリーム色に、金箔と椿のアートを合わせた上品な仕上がり。冬の景色に映えるあたたかみがあり、季節感を楽しみたい方にぴったりです。



取材協力

nail sabot ネイルサボ

札幌市北区西茂戸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

M E N U
・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！



予 約



LINE



Instagram

皆様のお越しを
お待ちしております！



オーナー 後藤さん



Mini column

ネイルを休む時期の「爪リセットケア」

ジェルネイルを続けた後は、爪が乾燥したり薄く感じることがあります。そんな時期は「爪リセット」のケアがおすすめ。オフ後は表面を削りすぎず、形も負担の少ないラウンド気味に整えると安心です。そして一番大切なのはこまめな保湿。爪の根元や側面にネイルオイルをなじませ、仕上げにハンドクリームで全体を包むように保湿すると、割れや二枚爪の予防になります。甘皮が気になる日は、入浴後の柔らかいタイミングで軽く押し上げるだけで十分です。
ネイルをお休みする期間は、爪が整う大切な時間。削りすぎないことと保湿を習慣にしておくと、次のネイルもよりきれいに楽しめますよ。





Naofumi Koyama presents | Vol.68

philosophy on beauty

Guest

エステティシャン／モデル

近藤 由実 様

短大卒業後、保育士や医療事務などに従事。2015年からは、モデル活動をスタートし、TVCMやファッションショーなどに多数出演。「ミセスグローバルアース2021」では北海道グランプリ・日本4位を獲得。2020年から美容業に転身し、パステケアサロンで経験を積む。2026年3月には新しいサロンをオープン予定。

Instagram: @yu.michi

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。

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！

モエシ天然温泉 たまゆらの杜

札幌市東区中沼西1条1丁目11-10

24時間営業

年中無休



岩盤浴の効果



美肌効果・若返り効果・ストレス解消・肩こり、腰痛・血液サラサラ・免疫力向上・デトックス効果・冷え性

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。



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 エルム OPEN

男性女性専用



入浴可能時間 朝 6:00～深夜1:00
岩盤浴 朝10:00～夜 10:00

～大型車両も駐車OK～
大型青空駐車場をご利用ください。

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



美とは、生き方そのものが映し出されるもの。

心の在り方や日々の積み重ねこそが

未来の美しさへと繋がる。

全身のキレイに繋がる バストケアの魅力

小山 エステティシャンであり、モデル活動もされている近藤さん。美容のお仕事に就いたきっかけは何だったのでしょうか。

近藤 5年程前に知人から、札幌に新しくオープンするバストケアサロンのスタッフとしてお誘いいただいたのがきっかけです。それまでは、保育士や医療事務などの仕事をしてきたのですが、これを機にもともと興味のあった美容分野に携わってみたいと思いました。

繋がるところが魅力だと考えています。理想のバストを育てるためには、体の土台を整えることが重要なんです。

小山 サロンでは、どのようなアプローチでお悩みを改善させるのでしょうか。

近藤 産後の体型の変化や育乳希望、年齢を重ねハリ不足や下垂など、さまざまなお悩みの方がいらつしゃいます。まずはカウンセリングをしっかりと、それぞれの悩みの根本原因を探り改善させていきます。自律神経が乱れているようであれば、機器やマッサージなどの手技によって自律神経を整え、血流の改善や女性ホルモンのバランスを整えます。腸内環境も非常に大切で、腸の働きが滞ると血流

philosophy on beauty

大切にしたい姿勢と
な身体

由実

自分を
自信を持
健康的

近藤

いますが、それを毎日継続し習慣化することが特に大切だと考えています。食事は幼少期から手作りの料理で育ってきたため、できるだけ添加物を使用しないバランスの良い食事を摂ることが身に付きました。朝の白湯

や1日2ℓの水を飲むことも毎日の習慣として取り入れています。モデルで学んだウオーキングなどの姿勢に関する知識は、サロンでバストケアを伝えるうえでも活



が悪くなり、栄養も効率よく吸収されずバストまで届きません。血流を良くし、老廃物がきちんと排出されることで、むくみも減り代謝が上がります。そして栄養やホルモンがバストへ届き育つようになります。その他にも、筋膜をほぐしたり、姿勢や反り腰を治すなど、全身の状態を整えることで美しいバストへと導きます。

小山 バストケアにはさまざまな相乗効果が期待できますね。

近藤 10年程前に知人の紹介でファッションショーのモデルとして出演させていただいたことがきっかけで事務所に所属しモデル活動を始めました。テレビCM

小山 モデル活動はどのような経緯で始められたのでしょうか。

近藤 健康の基盤を築くための習慣を身につける

や市町村のPR動画などさまざまな経験をさせていただいています。昔から憧れのモデルさんがいるのですが、年齢を重ねるたびに変化を楽しみ、永遠に女性の憧れでいたいという思いがキラキラ輝いていて、私も彼女のような誰かに影響を与えるモデルを目指したいと思っています。

小山 お仕事柄、ご自身のメンテナンスには特に気を遣うことが多いと思いますが日常生活の中で意識されていることを教えてください。

近藤 健康な体づくりの基本である食事・睡眠・運動、そして姿勢を意識して

サロンをオープンされるそうですね。どのようなサロンになるのでしょうか。

近藤 来年3月の開業に向けて、オーナーと共に準備を進めているところです。バストケアやフェムケアなど、女性のデリケートなお悩みに特化したサロンになる予定です。女性のライフステージに寄り添い、心と身体を整える優しいケアで、お客様の喜びを最優先に考えたサロンづくりに取り組んでいきたいと思っています。

小山 最後に、近藤さんの考える美しさとはどのようなことと考えますか？

小山 本日はありがとうございました。



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



モデル友達と

モデル友達と美容やお仕事について話す時間は、私にとって大きな刺激です。お互いの経験をシェアすることで、新しい視点を得たり、モチベーションがグンと上がります！



癒しの温泉と季節のお花

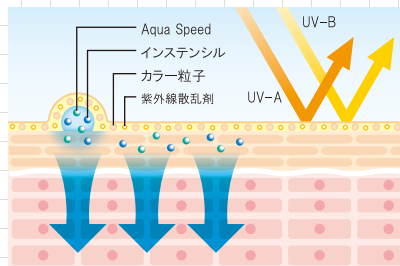
忙しい日常から少し離れて、温泉で心と体をリフレッシュ。疲労回復や血流改善効果で健康的に！美しいお花は見るだけで癒されます。



白湯とリボソームビタミン

白湯がデトックスを促進し、リボソームビタミンが栄養をしっかりと届けることで、肌も綺麗に内側から美しさを引き出してくれます！

成分 塗って1日中 エイジングケア



◀有効成分「Aqua Speed」が24時間保湿し、「インステンシル」がハリを持たせることで、目元やほうれい線のメイクヨレを防いで1日中若々しい印象を保ちます。

Aqua Speed (アクアスピード)



目尻などのドライサインに働きかけ、お肌にハリ・潤いを与えます。

インステンシル



ハリのある引き締まった印象へ導き、お肌を滑らかにしてくれます。

効果 見た目も内側も キレイに

6役の機能! 万能ファンデーション

日焼け止め

約16時間持続

SPF50+で普段使いはもちろん、長時間のレジャーまで幅広く紫外線からしっかり肌をガードします。

エイジングケア

安心のPA++++

シミ、シワ、たるみの原因となる紫外線UVA波から肌を守り、光老化も防止します。

ファンデーション

コンシーラー

化粧下地

保湿

愛用者の声

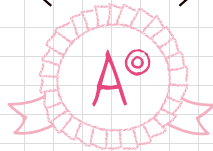


エステティシャン
サロンオーナー Fさん

サロンで1番の売れ筋商品です!

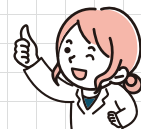
少量でも伸びが良く、しっかりカバー力があるのにナチュラルな仕上がり、乾燥や小ジワにも対応できる優れもの。さらに日焼け止めの効果もバッチリでオールインワンということも魅力です。仕事でもお化粧直しがいらないので、一番に私が気に入っており、お客様からも大人気のファンデーションです。

総合評価



仕上がり... ★★★★★☆
崩れにくさ... ★★★★★★
効果... ★★★★★★
成分... ★★★★★★

忙しい朝でもサッと仕上げます。ナチュラルな肌色の方におすすめです。



メーカー VOICE

1本で6役! エイジングケアも 多機能ファンデーション

1. シミ・毛穴・ニキビ跡もカバー

サツとのばすだけでくすみやムラを整え、均一でキレイな肌色へ。特に気になる部分には重ね付けでばかしながらなします。



2. 薄めに塗って小ジワケア

小ジワ(気になるライン)やたるみへ積極的に働きかけるこだわりの成分を配合。メイクをしながらのエイジングケアが可能です。



優れたカバー力とエイジングケアが叶う「1本で6役」の多機能ファンデーション。「施術中にスチーマーを使ってもメイクが崩れない」とサロン様のファンも多く、2015年の発売以来、大変ご好評いただいております。カラーは、肌に合わせやすい2色をラインナップ。これ1本でベースメイクが完了するのでコスバも良く、メイクが苦手な方にもお勧めです。

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。

※イラストはすべてイメージです

ノンルージュ編集部

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... ベースメイクを1本で終わらせたい!

これ1本で6役!?
多機能ファンデの
実力を調査!

調査するコスメ

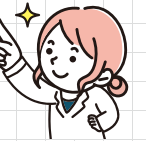
ラボプラス RUVカラー
(化粧下地・ファンデーション)
内容量 30g/5,500円
(税抜価格5,000円、税500円)
カラー: ナチュラル、ピンクナチュラル

オールインワンのファンデーションは
よれやすいイメージ
があって不安...



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。



小さくて持ち運びに便利。ポーチに入れてもかさばりません!

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

崩れにくさ 6時間後も ひび割れナシ



メイク直後



6時間後

Good!

時間が経っても崩れにくく、自然な肌をキープ!

◀メイクをしてから6時間後の状態。少し赤みが出てきてはいるものの、化粧崩れはほとんどなし! カバー力だけでなく保湿効果もあるので、夕方以降に気になってくる目元のシワなどもあまり目立ちませんでした。

仕上がりひと塗りで カバー力抜群



すっぴん



仕上がり

▲目の下のクマや小さなシミがひと塗りで瞬時にカバーできました。伸びが良いテクスチャーなので少量でOK! 気になる部分には重ね付けを。

ナチュラル(上)とピンク
ナチュラル(下)の2色展開



※
深部加温で美チャージ

※角層深部

優木まおみ

温感

RF

EP

※
浸透

※角質層まで

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

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

商品のご購入方法

ラジオフォトリレーション 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

料理教室プルミエール
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ます。



こんがり焼いたかぶが
アクセント！

やさしい味わい 焼きかぶとベーコンのスープ

材料(2人分)

- ・かぶ 2個
- ・かぶの葉 1個分
- ・ベーコン 2枚
- ・オリーブオイル、
塩、こしょう 適量
- ・水 400ml
- ・洋風スープの素 1個

point

かぶは実だけでなく葉も栄養たっぷり！ ビタミンCやβ-カロテン、カルシウム、鉄分が豊富に含まれており、スープに加えると風味も栄養もアップ。焼いたかぶの甘さと相性がよく、食材を無駄なく楽しめます◎

1

かぶは皮をむき、6～8個に切る。
かぶの葉は食べやすい大きさに切る。ベーコンは1cm幅に切る。



2

フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、かぶを入れて切り口をこんがり焼く。



3

かぶの表面が茶色に色づいたらベーコンとかぶの葉を入れる。塩とこしょうを加えて蓋をし、かぶの葉がしんなりするまで炒める。



4

水とスープの素を入れて、かぶが柔らかくなるまで煮る。塩こしょうで味を調えて完成。

料理教室 プルミエール

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！▶ @710exfw

初心者さん
大歓迎！



料理教室 Premier

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) 受講生募集中! 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“ノンルーシェを見た”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! 体重からスッパリ落とした人や、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
- ◆フローズンリフトプロ30分打ち放題 38,000円→15,000円

ノンルーシェ
クーポン
1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

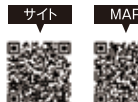
札幌市白石区北郷8条7丁目10-15

(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



はじめてさん大歓迎「毎日のおうちごはん講座」1月スタートコース受講生募集中

1月はまとめ払いでお得なおうちごはん講座のコースがスタート。1回目「美味しいごはんの基本」はご飯の炊き方とみそ汁の作り方、「煮込みハンバーグ」。2回目は上手に作りたい「肉じゃがをマスター」。特別講座は「冬を愉しむあったかご飯」ビーフシチュードリアを学ぶ。

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
- ◇「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)



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」単発受講 1回 3,500→3,300円
- ※1月受講に限り、何度でも受講可

ノンルーシェ
クーポン
1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 @710exfw

料理教室プルミエール@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



今日は
“いただきます”と
“ごちそうさま”
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 food & culture column おいしい話

Vol.
62

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。

「いただきます」と「ごちそうさま」もその一つ。「いただきます」は漢字で書くと「頂きます」、つまり頂くはもらうの謙譲語。位の高い人からものを受け取った時に頂に掲げたことから始まったと言われている。同様に「ご

日本語は ニュアンスの言語？

よく日本語は曖昧だとか、ニュアンスの表現がわかりにくいと言われています。洋画や、逆に邦画を海外で放映する時の翻訳が実に難しいのは、例えば英語では端的に表現する言葉が日本語だと微妙に、それこそニュアンスが違ってしっくりこないのです。そのまま日本語に当てはめるとえらく長い文章になるそうです。このように、私たちが日常的に使っている言葉は、外国人にとってとてもわかりにくい言語のようです。

「いただきます」と 「ごちそうさま」の語源

食べ物から見える背景

食べ物にはみな存在する背景があり、意味があります。お米一つ、お肉一つ、野菜一つ…作る人や環境、そして命。店頭に並ぶまで、家で食事になるまでにも多くの人の手が掛けられています。体に摂り込むと私たちの栄養になり健康を育んでくれます。ご馳走を食べる機会が多い年末年始を迎えるにあたり、改めて「いただきます」と「ごちそうさま」の意味に思いを馳せ、これからは大切にしていきたいですね。

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

受付 090-6446-0145

おいしいごはん

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/>

LUNCH & CAFE URA KITCHEN



#ナポリタン



#ノンアルコールカクテル



#シフォンケーキ

お1人様でも、飲み物だけでも気軽に
入れるお店です

ケーキは全て店主の手作りです
ドリンクは、コーヒーからノンアル
コールカクテルなど豊富に用意して
おります



#チキン南蛮サラダ



#ケーキセット

小樽市築港11 ウイングベイ小樽5番街2F

OPEN/11:00~22:00. LO/21:00

日曜日のみ /11:00~18:00

090-2725-0190

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: 札幌自動車道小樽I.C. 降車、直後、右折すぐ。
JR: 小樽築港駅直結 (連絡通路マリノロードで徒歩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)



data02 | ナベヅル

顔や首が白く、体が灰色味がかった黒色の小型のツルの仲間。名前も翼の色が鍋に付いた煤に似ていることに由来している。本州以南では、主に越冬地である鹿児島県・出水平野に毎年1万羽近くが飛来するが北海道では稀に見られる迷鳥とされ、タンチョウがいる場所に誘われるように飛来する傾向がある。



data03 | クロヅル

目先から喉までが黒く、体が灰色のツルの仲間、ナベヅルより少し大きい種類。主に鹿児島・出水平野に越冬のため少数羽飛来する。出水平野では通称「ナベクロヅル」と呼ばれるナベヅルとの交雑種も観察されている。北海道では迷鳥とされ、以前は数十年に一度程度の飛来だったのが昨今発見例が増えている。

vol.18

ツルの仲間

ノンルーージュ的 野鳥図鑑

ノンルー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、かわいらしい鳥たちに癒されてみませんか？



data01 | タンチョウ

白と黒の体に赤い頭頂部が映える大型のツルの仲間。頭の赤色は羽毛ではなく皮膚が裸出したもので、名前の「丹頂(赤い頭頂部)」の由来にもなっている。かつては北海道に広く分布していたが、乱獲や湿地開発により絶滅寸前となった。1924年の再発見を機に保護活動が進み、現在は約1800羽ほどにまで回復している。



ツルといえばタンチョウ、タンチョウといえば道東で見られる印象が強いかもしれませんが、近年は保護活動により数が増えており周辺の十勝地方の他、道央や道北でも姿が見られるようになりました。おかげで札幌近郊で探鳥をしている自分もタンチョウを見る機会に恵まれることが何度あったのですが、最初はその大きさにビックリ！ 似たフォルムの普段見慣れているアオサギも他の鳥に比べると大きいですが、それよりも一回り以上大きい。日本で見られるツル類で最大の種でもあるので、その貫禄を感じました。さらにタンチョウが増えたことで他のツル類がタンチョウの生息地に飛来する例も徐々に増えている印象で、北海道でもだんだん色々なツル類が多く見られるようになればなど密かな期待を寄せています。

Shooting Postscript

PRESENT



1名様

1 クレンジングジェル ICR 3D ホットクレンジ

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



1名様

2 ラボプラス RUVカラー (ナチュラル)

1本(30g)

優れたカバー力で肌を美しく見せながら、日中のエイジングケア[®]も叶える多機能ファンデーション。健康的な肌を演出する「ナチュラル」をプレゼント。

提供/株式会社CBS

※年齢に応じたケアのこと



1名様

3 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心もリフレッシュ。

提供/株式会社CBS

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職業 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧ノンルーージュはどこで入手しましたか？ ⑨面白かったページとその理由は？ ⑩つまらなかったページとその理由は？ ⑪今後取り上げてほしい特集は？ ⑫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。⑬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) ⑭掲載店舗で行ったor行ってみたいところは？ ⑮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>



【応募締め切り】

2026年1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	
住所 〒	電話番号 ()	
性別 女 ・ 男	年齢	職業
ノンルー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・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()		
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	

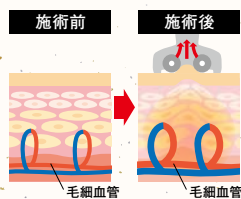
2601non rouge

食べ過ぎ飲みすぎの油断が招く

年末年始太りを解消!

【EMS付き】筋膜リリース専用機

ハイブリッドメディセルとは?



※イラストはイメージです

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、痩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。

▼30代女性 全身10回施術 ※結果には個人差があります



お腹まわりも
スリキリと変化!

目指せ! ワンサイズダウン!

2026 新春キャンペーン

【EMS付き】ハイブリッドメディセル

お正月太りリセット [全身コース]

120分

通常 19,800円

ノンルーージュ
特別価格

8,800円 (税込)

施術の方のみ 特典付き

未公開の秘技

ポッコリお腹解消術
プレゼント!



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!

MAP

公式HP



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!

