

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/

June

/ No.254



お得なクーポンは SNSでも!

なんとなく太りやすくなった…を解決!

pick up!

## 痩身エステ

資生堂

クレンジング&  
洗顔特集

心ときめくトレンドネイル

CLASSY NAILS  
COLLECTIOS

Beginners Recipe

にんじんしりしり

知れば暮らしがもっと豊かに!

食と文化のおいしい話

ノンルージュ的

野鳥図鑑

子どもの脳を育てる!

そろばんのススメ



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2026.7月号は  
6月25日(木)発行予定です

WEBサイト  
nonrouge 検索  
www.nonrouge.net

@non\_rouge

@non-rouge

# non rouge

04 美肌のカギは“落とすケア”  
資生堂 クレンジング&洗顔特集

06 *Feature*  
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

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

22 Beginners Recipe にんじんしりしり

23 食と文化のおいしい話

24 読者プレゼント&アンケート投稿方法

25 ノンルージュ的野鳥図鑑

26 脳を育てる! そろばんのススメ  
なおひろ先生の“たま”らない話



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  
LINEスタンプ

のんるんの可愛い  
LINEスタンプ販売中!



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
- 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

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

美肌のカギは  
“落とすケア”

資生堂

# クレンジング

# & 洗顔 特集

美肌を育むために、何よりもこだわりたいのが「洗う」ステップ。  
“落とすケア”を見直して、輝く素肌の土台を整えましょう！  
今月は、うるおいを守りながら、日々の汚れをすっきりオフする  
おすすめアイテムをピックアップしました！

Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

高い保湿力でしっとり♪メイ  
クも落ちて、濡れた手OKなの  
で、お風呂場でも使いやすい！



〈エリクシール〉  
モイストクレンジ  
140mL 1,980円(税込) ※参考小売価格

「お風呂上がり乾燥」を防いで、  
うるおい続く洗顔料。

お風呂上がりに、すぐに保湿ケアできないと、お肌  
が急激に乾燥する「お風呂上がり乾燥」を防いで、  
うるおい続くエイジングケア\*洗顔料。肌のバリア  
機能を妨げず、肌の汚れを落とします。メイクも同時  
に落とせます。オレンジフローラルの香り。

\*年齢に応じたうるおいケア

Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

泡立て不要で、らくちん♪  
つばりにくく、ざらつきのな  
い、なめらかな洗い上がり。



〈エリクシール〉  
シュペリエル スムースジェルウォッシュ  
105g 1,980円(税込) ※参考小売価格

ざらつきのない、みずみずしい肌へ。  
泡立たない洗顔ジェル。

ざらつきの原因となる不要な角質や過剰な皮脂を吸  
着する、エイジングケア\*洗顔料。ジェルをなじませ  
て洗い流すだけなので、泡立てずに使えます。やさし  
い使い心地で汚れを落としながら、みずみずしく肌  
のうるおいを守ります。オレンジフローラルの香り。

\*年齢に応じたうるおいケア

角栓分解で毛穴の奥までスッキリ！  
1品で多機能な洗顔料。

1品5役で、洗顔・メイク落とし・毛穴ケア・くすみ※1  
ケア・プレススキンケア※2が叶うダブル洗顔不要の多  
機能洗顔料。温泉のpHに着目した角栓分解処方、  
角栓の脂質を溶解。汚れ、不要な角質を取り除き、次  
に使うスキンケアが角層まで浸透しやすい肌に。

※1 古い角質による ※2 次に使うスキンケアのなじみをよくする



Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

ダブル洗顔不要の時短ケア！  
毛穴の奥までをしっかり落と  
し、うるおいを守ります！

〈アクアレーベル〉エステ洗顔ジェル  
130g 1,430円(税込) ※参考小売価格

次のステップが  
なじみやすい状態に整える  
ブースター洗浄料。

次のスキンケアステップがなじみやすい状態に整  
えるブースター洗浄料の2品。「ホットクレンジ  
ングジェル」は、温かなジェルがメイクや汚れを解き  
ほぐすように洗い上げ、しっとりなめらかな肌へ  
導く温感メイク落としです。「クレンジングフォー  
ム」はもっちり濃密泡が、毛穴汚れまで揉みほぐ  
すように洗い上げ、つるとなめらかな肌へ導く  
洗顔フォームです。



Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

洗顔後の美容成分の浸透力  
を高め、効率よくスキンケア  
ができます♪

〈ベネフィーク〉  
ホットクレンジングジェル(メイク落とし)  
150g 3,960円(税込) ※参考小売価格  
クレンジングフォーム(洗顔料)  
130g 3,300円(税込) ※参考小売価格

Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

さっぱりしつつも、しっとり  
感が続く！大人世代のうる  
おい肌対策にぴったり！

〈リバイタル〉  
クリーミーホイップ  
125g 3,850円(税込) ※参考小売価格

酸化皮脂を除去し  
洗うたびにうるおいを補う洗顔料。

紫外線などの影響で酸化する皮脂などの汚れを除  
去し、うるおいが入りやすい肌を整える洗顔料。キ  
メや毛穴に溜まった酸化皮脂や不快な匂いまでを  
すっきり洗い流します。洗うたび、うるおいを補う  
「角層トリートメント成分」配合。日焼け止め、パウ  
ダーファンデーションなども落とせます。



Recommend

ノンルージュ編集部  
おすすめPOINT

乾燥により角層がごわつき  
やすい大人の肌にも、スキ  
ンケアの浸透を実感できます！

〈プリアール〉  
うるおい導入洗顔ジェル  
140g 2,640円(税込) ※参考小売価格

次に使うスキンケアの浸透感アップ！  
うるおい導入洗顔ジェル。

角層ケア・メイク落とし・洗顔の3つの効果で、次に  
使うスキンケアの浸透感をアップする、ダブル洗顔  
不要のうるおい導入洗顔ジェル。泡立て不要のなめ  
らかなジェルが、古い角層やメイクまですっきり落と  
しながら、洗い上がりはしっとり感触に。乾燥による  
小ジワを目立たなくします\*。 \*効能評価試験済み



## Information

キレイに役立つ情報満載！  
この季節おすすめの  
資生堂の美容情報をチェック！



角栓の除去方法



肌荒れを防ぐ  
保湿ケアや洗顔方法



鼻やおの  
毛穴の黒ずみケア

取材協力 資生堂ジャパン株式会社

# 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」

**Q** 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、体質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。

**Q** 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。



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った」「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せんか？

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！

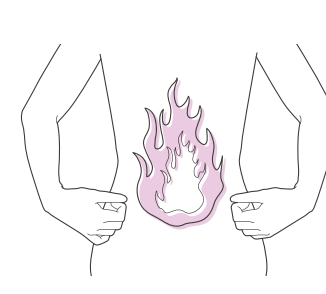
## 痩身エステのメリットとは？

部分痩せができる



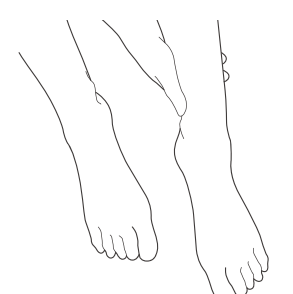
機器などによるピンポイントのアプローチで、**ダイエットでは難しい部分痩せも可能!**

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!**

**Q** 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の方が大切です。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◎!

**Q** 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サイ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。



体の巡りを整えてあげることが美と健康への近道!

### 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

ストレスが溜まっ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いますので、十分な睡眠やストレスケアなど、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。**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?**

Body Aging Labo  
MAHALO

# なりたい自分をプロデュース! 「健・美・瘦・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、結果重視の痩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全力サポートを続けて16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36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。

日々の生活から  
トータルコンサル

今年で16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、笑顔ハッピー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いけれど、何からすればいいかわからない…」とお悩みの方は、ぜひ相談してみてください。

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

◇最速最強痩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

ノンルーゾ  
クーポン

6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

# 巡る体をつくる! おすすめ痩身メニュー

## 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。運動なしで美味しく食べながら、健康と美しさを叶える体質改善プログラムです。



## 最速痩身 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! 快適かつ痛みが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!



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

# 全国のご当地キャラが小樽に大集合！



## 北海道ご当地キャラ フェスタ in 小樽 OTARU



未来へ続く、ゆるくない道。道産子キャラとともに。

# 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

## GOTOUCHI CHARA FESTA

with your support

6/20(土)・21(日) 10:00-15:00  
入場無料!!  
会場 ウイングベイ小樽  
6番街4Fイベントスペース



主催：北海道ご当地キャラフェスタ実行委員会 運営：おたるご当地応援隊/コアックマプロジェクト  
後援：(一社)日本ご当地キャラクター協会 / 小樽市 / (一社)小樽観光協会

ウイングベイ小樽  
WING BAY OTARU  
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（連絡通路マリンロードで徒歩1分）
- ◆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)

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

## リボンネイル

キュートなピンクマグネットにハートドットを散りばめた、ガーリーなネイル。リボンとの組み合わせが愛らしさを引き立て、視線を惹きつけます。遊び心を効かせつつも品よくまとまる主役級の存在感♡



04

## 水彩ネイル

にじむようなカラーで描いた水彩タッチが、エアリーな印象をもたらします。やさしい色の重なりで抜け感を演出し、湿気の多い日でも気分をリフレッシュ。さりげなく季節感を楽しめる指先へ。



05

## サマーグリーンネイル

ミントグリーンに水彩フラワーを忍ばせた、初夏を感じる爽やかなネイル。控えめなアートが光の加減で浮かび上がり、涼しげな雰囲気演出します。軽やかさと上品さを兼ね備えたバランス感が◎



01

## 紫陽花ネイル

ピンクと紫をやわらかく重ね、紫陽花の花びら表現。透明感のある発色が指先に奥行きを生み、しっとりとした季節に寄り添います。甘さを抑えた色合わせで、大人可愛い仕上がりに！



02

## 雨ネイル

雨をモチーフにした、立体的なアートネイル。雫が伝う瞬間を閉じ込めたような表情が指先に動きを与え、雨の日さえも楽しみに変わってくれます。シンプルながら印象に残る、洗練されたひとさじ。



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

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います！



オーナー 後藤さん



### Mini column

#### ジェルネイルを長持ちさせるコツ

きれいな仕上がりを長く楽しむには、日々の扱い方が大切です。施術当日は長時間の入浴や水仕事を控え、しっかり定着させましょう。日常では爪先をぶついたり、無理な力をかけないこともポイントです。乾燥は浮きの原因になるため、ネイルオイルでこまめに保湿を。トップのツヤが気になるときは早めのメンテナンスもおすすめです。少しの心がけて、美しさがぐっと長持ちします！





Naofumi Koyama presents | Vol.73

philosophy on beauty

Guest

ビューティーアドバイザー

TOMOMI 様

美容専門学校卒業後、ブライダルメイク・エステ、美容部員、美容インストラクター、エステサロン勤務等を経験。3人の子育てをしながら、美容業界で22年のキャリアを積む。2018年に「Beauty up salon \*cheer\*(チアー)」をオープン。エステ、メイクレッスン、パーソナルカラー診断まで美容のトータルプロデュースを行なっている。

Instagram beautyupsalon.cheer

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  
エローム  
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～  
大型空室駐車場をご利用ください。

お問い合わせ  
TEL011-791-6666  
詳しくはこちらから たまゆらの杜



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



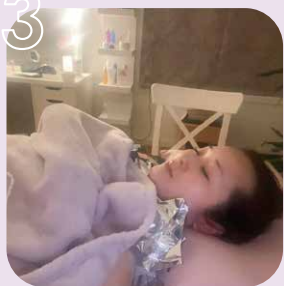
家族でホームパーティー

テーマを決めて作り上げる楽しさは感性を磨く時間。日常ご飯は野菜たっぷりを意識して内側から整えています。



ピラティス

先生のスタジオで、自分を労るマンツーマンのピラティス。正しく体を使う感覚を覚えると、家で再現でき日常が楽になります。



海洋療法とデトックス

自分を大切にする「自愛エステ」。海のミネラルを補給しデトックスすることで自律神経を整え深くリラックスします。



小山 開業前は、どのようなことを経験されてきたのでしょうか。  
TOMOMI 美容専門学校を卒業後、ブライダルメイク・エ

そのまま取り入れても、多分好きなお顔にはならないと  
TOMOMI カラー

philosophy on beauty

人と比 べず  
自分自身を 大切に  
人生を 楽しむ

TOMOMI

「私だけの魅力、  
に気づくこと」

小山 美容のお悩みの向き合い方について、どのよう

TOMOMI みなさん老化した自分

うにお考えでしょうか。  
TOMOMI 誰かと比べたり黄金バランスとか目指さなくてもいいんです。自分のことは客観的に見るのが難しいもの。ご自身ではまだまだ気がついていない魅力があると思います。私らしいを大切に、もっと自分のことが好きになってもらえたら嬉しいですね。  
小山 本日はありがとうございました。

小山 開業前は、どのようなことを経験されてきたのでしょうか。  
TOMOMI 美容専門学校を卒業後、ブライダルメイク・エ

そのまま取り入れても、多分好きなお顔にはならないと  
TOMOMI カラー



た方がお悩みの改善が早いなどということも多く、全てが繋がってくるんですよね。エステとメイクを組み合わせたオーダーメイドの3時間コースが人気で、「全てお任せしたい」と信頼していただけることが何より嬉しいです。  
小山 エステもメイクも両方されているからこそ、さまざまな視点からアプローチ



できるんですね。  
TOMOMI 昨年、学生時代の「夢ノート」を偶然見つけたんですが、そこに「メイクでコンプレックスを魅力に変えてあげたい」「本当に良いものを無理のない価格でお届けしたい」「似合う色を味方につけて、その人らしく輝かせたい」と書いてあったんです。

自分と向き合うことが  
キレイへの近道

小山 美容業界で働くうえで、世の中の変化や傾向をどう見えていますか？

TOMOMI 情報過多な現代だからこそ、「自分に似合う正解」を求める方が増えています。動画をたくさん見たりランキングの「コスメを探したり、とにかく情報をいっぱい集めて、自身をどうにか改善しよう」とされる方が多いのですが、人気のもの

「似合う」を見つけ、私らしさを大切に。  
自分を理解し、自分を好きになることが  
最大の魅力へと繋がる。

# 気になるITEM 徹底リサーチ

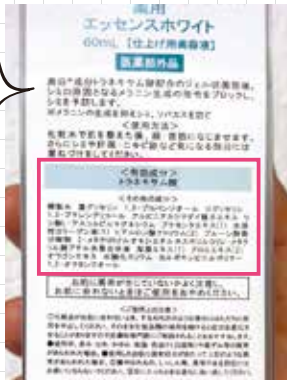
雑誌やSNS、広告などの様々なメディアで取り上げられるアイテムをノンルージュ編集部スタッフが徹底調査!

## 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!

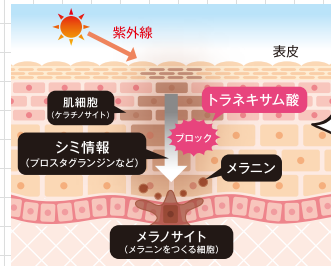
### 肝斑ケアにもおすすめ

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。



▲トラネキサム酸のほか、アルピニアカツマダイ種子エキス、1,3-ブチレングリコールなどの美肌成分を配合。

## 効果 トラネキサム酸で シミケア



トラネキサム酸が、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」トラネキサム酸

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はトラネキサム酸配合の医薬部外品です

## 愛用者の声

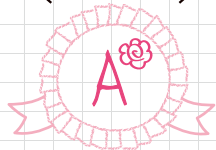


エステティシャン サロンオーナー Hさん

### 肝斑でお悩みの方が増えています

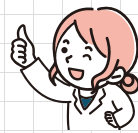
今年は日差しの強い猛暑日が続いたこともあり、シミや肝斑を気にするお客様が増えています。肝斑に大敵な摩擦を抑えることができるテクスチャーで、サロンでは目元シートでイオン導入してからそのままパックとして使っています。店販でお客様にお勧めをして、ご自宅でも継続してケアしていただけたところも魅力です。

## 総合評価



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

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!



## 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. トラネキサム酸の働き

メラニンの生成を命ず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。



トラネキサム酸配合の美容液でこの価格は、高品質&適正価格のエステ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! 液ダレ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

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

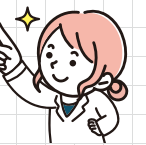
薬用 エッセンスホワイトEL 内容量 60mL / 5,280円 (税抜価格4,800円、税480円)

「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美容液!

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



## 使用感 ジェル状で スーツとなじむ



ジェル状で肌なじみがとても良い! 匂いなどの癖も無く、使いやすいです。

◀透明のジェルは肌なじみがよく、スーツと伸びて浸透します。化粧水で肌を整えた後、3プッシュを手に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つけをしてください。

## 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!

原液が生み出す美の新領域

# 美韓原液

## HD-KANRI

韓国美容の理論をもとに、目的別に厳選した原料を

シンプルに肌へ届ける“原液ケア”シリーズ



※3  
グルタチオン原液

白玉ケア



※2  
NK細胞原液

ダウンタイムケア



※1  
PDRN原液

水光ケア

※1 加水分解DNA-Na(肌にうるおいとツヤをあたえる) ※2 ヒト血液由来ナチュラルキラー細胞順化培養液エキス(肌をすこやかに保つ) ※3 グルタチオン(肌にうるおいとハリをあたえる)



今日は酪農・牛乳のおはなし



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. 67

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。

## 6月は牛乳月間

6月1日は「World Milk Day」世界牛乳の日。

「酪農王国北海道」よく耳にする言葉ですが、その歴史をご存知ですか？ 開拓の時代、大きく貢献したのは酪農家のみならず、そして乳牛でした。北海道のような寒冷地では米も作物も育たない。そこで寒さに強い牛を育てる酪農が注目されました。入植した人々は牛を育てその排泄物によって土を肥沃にする酪農をもって北海道の農業を広げていったといわれています。いまや北海道が食料自給率200%の農業王国ともなったのは酪農家さん、牛さんの尽力の賜物もいえますね！

## なぜ酪農王国？

これに因み各乳業メーカーは6月を牛乳月間として牛乳の普及活動に取り組んでいます。栄養バランスがとれてもよく手軽に摂取できる牛乳。成長期のお子さまだけでなく、大人にこそ健康維持に美容にアンチエイジングに魅力的なパワーがいっぱい！カルシウムはもちろん、日焼けが気になるこの時期、特に注目したいのは酸化作用のビタミンAや美容ビタミンと呼ばれるビタミンB<sub>2</sub>。肌の新陳代謝に必要なビタミンがしっかりと含まれています。また乳糖の力で腸内環境を改善し便秘を予防、寝際の安眠の一杯はトリプトファンによりリラックス効果をもたらします。まさに牛乳は美を保つのに欠かせませんね！さらにこれからはアルブミンの熱中症予防効にも注目！牛乳は酪農家さんが休むことなく愛情たっぷりに育てられた牛さんからの自然の恵み。人が食べられない牧草を乳牛が食べ、その乳は私たちの栄養源となります。さあみんなで牛乳を飲もう〜！

お話ししてくれたのは…  
一瀬 美絵 先生

料理教室プリミエール代表。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。

料理教室プリミエール

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/>

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  
毎月旬の食材を使った  
料理のレシピをご紹介します。



旬の人参をたっぷり堪能！ にんじんしりしり

「しりしり」は沖縄の方で千切りの意味なんだとか！



### 材料

- 人参 ..... 1本
- 卵 ..... 1個
- かつお節 ..... ひとつまみ
- 醤油 ..... 小さじ1
- 塩、こしょう、油 ..... 適量

### point

にんじんは、しりしり器や細切りにできるスライサーですりおろすのもおすすめ！繊維が壊れて柔らかくなり、火の通りが良くなったり味が染み込みやすくなるというメリットがあります。反対に、シャキシャキした食感を楽しみたい方は繊維に沿って切ると◎！

1

にんじんは皮をむき、専用のスライサー「しりしり器」(写真右)ですりおろすか、細切りにする。卵をボウルに割り入れ、白身を切るように混ぜる。



2

フライパンに油を入れて熱し、にんじんを入れて塩こしょうを振り入れて混ぜる。蓋をして、時々かき混ぜ、柔らかくなるまで火を通す。



3

かつお節と溶き卵を加えて全体に混ぜ合わせてから、醤油を回し入れる。塩とこしょうで味を整えて完成。



料理教室プリミエール

受講生  
募集中

初心者さん  
大歓迎！



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

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/>



キビタキ

data02 | マミジロキビタキ

キビタキに姿も大きさもよく似たヒタキの仲間。キビタキは肩に見える眉斑と呼ばれる部分が黄色く腹部から喉元にかけてオレンジから黄色のグラデーションになっているが、本種は眉斑が白く腹部や喉元はオレンジ色味が弱く、レモンイエローなのが主な相違点。北海道ではまれな旅鳥として5月中旬ごろに観察されることがある。

vol.23

春～夏の  
珍鳥

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 | ヤツガシラ

オレンジがかった体や白黒の羽でエキゾチックな風貌をしたハト大の鳥。頭部の冠羽は興奮時などに開き、その際頭が8つに見えることからその名が付いた。下に湾曲したくちばしを土の中に差し込み、昆虫やミミズを捕食する。北海道では旅鳥として4月上旬～中旬、主に日本海側沿岸部及び島嶼の草地、農耕地などに飛来する。



春の渡りは続々飛来する夏鳥たちも楽しみではありますが、それとは別にまれに飛来する珍鳥の存在も楽しみの一つ。中でもヤツガシラは特異な見た目をしていたり、数は少ないながらも毎年確認されていることから野鳥観察者の関心が特に高い種であるように思います。自分も去年から本腰を入れて探そうになりましたが、そう易々と見つかるわけもなく…。飛来するポイントに何度も通い、今日がダメならまた来年かなと思いながら探していた夕方のごとくでした。最後にこの畑だけみて帰ろうと立ち寄った畑にはまさかのヤツガシラの姿! しかも2羽! 満塁逆転ホームラン級の出来事で大感動。帰りにお寿司を食べました。めでたしめでたし。

Shooting Postscript



data03 | アマサギ

背中や頭部から胸にかけてのオレンジ色が美しいサギの仲間。亜麻色をしているからアマサギと誤解されがちだが、正しくは鉛色が転化したものとされている。この色は夏羽のみで、繁殖期後にはほぼ全身真っ白な冬羽に換羽する。農地などに飛来し、耕運機の後を付いて掘り起こされたカエルや昆虫を捕食する姿がよく見られる。

PRESENT



1名様

1 クレンジングジェル  
ICR 3D ホットクレンス

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 エステラボ  
薬用 エッセンスホワイトEL

1本(60mL)

美白\*有効成分トラネキサム酸を配合した医薬部外品の美容液。メラニン生成をブロックし、シミ・肝斑を根本から予防する。\*メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ

提供 / 株式会社CBS



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) 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6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	

2606non rouge



そろばん?

いえ! 今だからこそ「そろばん」です!

### そろばんが脳と心を鍛える

AIが発達し、便利な世の中になってきました。でも、そんな時代だからこそ、人間としての能力を最大限伸ばすことが大切ではないでしょうか。そろばんや暗算を習得する過程において、自分の成長を実感できるような「成功体験」も、検定試験に落ちてしまったり、努力が報われなかったりというような、「小さな失敗体験」もたくさん経験していきます。そろばんで脳と心を鍛え、今の時代に必要な「生きる力」を育みませんか。

### 札幌そろばんファクトリー

**十段合格者 47名輩出**  
※珠算・暗算含む ※2025年12月現在

**有段者 60名以上在籍**  
※2025年12月現在

珠算・暗算十段の夫婦2人で指導します!

#### 授業時間

- 火曜～金曜 …… 15:00～20:50
- 土曜 …… 7:00～11:50

※授業時間は1コマ50分です。

#### 授業料(月額・税込)

- 週2・3コマコース …… 8,800円
- 週4コマコース …… 9,900円

※他にも、無制限コースや兄弟割引等があります。くわしくは教室ホームページをご覧ください。

教室HPはこちらから▶



尚弘先生

彩先生

お話ししてくれたのは…

札幌そろばんファクトリー 代表 若松 尚弘先生

平成23年度 全日本珠算選手権大会にて日本一となる。その翌年、埼玉の名門そろばん教室で修行を積み、平成25年に妻の彩先生とそろばん教室を開校。そろばんの現役選手として活動しながら「珠算式暗算」の素晴らしさを多くの子どもたちに伝えたいという夫婦共通の思いのもと日々指導にあたっている。



### 札幌そろばんファクトリー

〒003-0001 札幌市白石区東札幌1条3丁目5-33  
東西線「東札幌」駅から徒歩約10分

TEL.011-826-3959

<https://www.s-s-factory.com/>

QRから、尚弘先生が「かんさい情報ネットten(YTV)」に取材を受けた様子をご覧ください! (2024.9.9.放送)



### 今月のテーマ Vol.5 継続の先にある『突然』



日々の積み重ねが「ある日、突然」を作ります。「ある日、突然」というのは努力し続けているやっぴしか訪れない。あいつは才能があるのに、毎日、同じ努力ができた」

元・広島カープの黒田博樹投手を、大学時代のチームメイトが評した言葉です。「チキンハート」。大学時代、黒田投手はチーム内でそう呼ばれていました。150kmの球を投げられて、真ん中に投げおけば打たれっこない。なのに、コースを狙いすぎてストライクが入らなかつたからです。そんな黒田投手に、ある日、事件が起きました。ムカデに刺された後、病院へ行く騒ぎになったのです。ところが、その日の試合に強行先発した黒田は誰もが驚くピッチングを見せました。ムカデに刺

され、力が抜けたのでしよう。そのムカデは20億円のムカデと言われています。そこで、冒頭の言葉になります。ムカデに刺されたから「ある日、突然」すくなくなったのではなく、日々努力しているから小さなきっかけで突然変貌するのです。そのチームメイトが黒田投手のことで真っ先に浮かぶのは、グラウンドを黙々と走る姿だそうです。

まさに「継続は力なり」!

「ある日、突然」というような体験は、私も何度かあった気がします。大学受験時代の地学の問題。何度解説を読んでも理解できなかった一題が、ある日、急に理解できました。「またわからなくなったら大変」と、急いで自分なりの解説を補足で書いた記憶が

あります。もう一つは、趣味のランニング。公務員時代に毎週末10kmずつ走っていましたが、ある週末も普通に走っていると、急に「もうフルマラソンを走れるかも」というイメージが浮かび、その数カ月後にマラソン大会に出場して無事42.195kmを完走しました。どちらも、継続して取り組み続けている時にふと起こる「ある日、突然」だった感じがします。コップに水を二滴ずつ入れていくと、いつかこぼれる。そのこぼれた瞬間を「ある日、突然」と思うのかもしれません。実際は突然じゃないんですね。

「継続の先にある、突然」そろばんを通して、そんなことも伝えていきたいと思っています。

### 脳を育てる! そろばんのススメ たまらない話

そろばんを通して「考える力」と「やり抜く心」が育つ! デジタル時代だからこそ大切にしたい、自分の頭で考え、努力する力。そろばん教室の先生であり現役選手でもあるなおひろ先生が、子どもの脳を育てるそろばんの魅力をお伝えします。



Hokkaido  Sapporo

**札幌中心部出発!**

# おすすめ 日帰りバスツアー

詳細はこちらの2次元コードから  
ご確認ください



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



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



7～8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

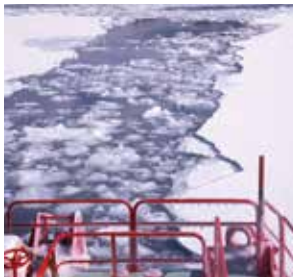


7～9月

**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 ※ウ二井も選べます。

## 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。