

スボ根的美容塾

電車で見つけた美しさ

私はいつも移動で電車を利用しているのですが、ついつい車中で人間観察、特に女性を観察してしまいます。今回は私が電車の中で見かけた『美しさ』についてお話ししたいと思います。

電車にはいつも赤ちゃんから高齢のご婦人まで様々な年齢の方が乗っています。着ている物もいろいろですが、上り電車では天神でお買い物でしょうか、オシャレをしている女性を多く見ることが出来ます。しかしどんなに美しく着飾った女性でも座り方がだらしないのがっかりしてしまうのです。座り方って他人を幻滅させる要因に十分なりうるので女性の皆さんご注意ください。そしてだらしない姿勢は確実にだらしない体をつくります。逆に「膝」と「かかと」と「つま先」の3点をきちんとくっつけて座っている女性の脚はやはり美しいです。ドキッとした方はぜひ辛くても膝をつけたところから始めてください。立ち姿も同様です。正しい姿勢の大切さは、電車を見渡すときにご理解いただけたらと思います(^ ^)

そういえば先日電車に乗っている時、私の隣の座席に座ろうとしたご婦人が一言「失礼します」と会釈されたのを見て「なんて美しいんだ!」と感動しました。知らない人同士が近い距離感でいることが強いられる状況だからこそ、他人に対する気遣いができる女性は本当に美しいものですね♡



冷泉荘 プロデュース スペースRデザインの レトロビルこばなし

“リノっしょ”って何なんだー?

“リノっしょ”ってご存知ですか?“リノっしょ”とは、入居者さん、オーナーさん、管理会社、みんなで作るリノベーションのことです。塗装したり、壁紙を貼ったり、棚を付けたり等々、自分が住みたいお部屋を自分で、オーナーさんや管理会社さん等リノベーションのプロと一緒に作れちゃうのが“リノっしょ”です!

このリノっしょを普及しようというリノっしょ推進団体が、今年同時多発的に発足しました。“リノっしょビギナーズ”と“リノっしょ女子部”です。“リノっしょビギナーズ”は、その名の通りワークショップ等を通して初級者向けにリノっしょの振興を行っています。“リノっしょ女子部”の方は、最近急激に女性人口が増加したスペースRデザイン社内で発足した団体で、女性の感性をフル稼働して新高砂マンションの一室をプロデュース中です。



“リノっしょ”のことや、“リノっしょビギナーズ”や“リノっしょ女子部”の活動はこちらで要チェックです!

◆スペースRデザインWEBサイト
リノっしょページ》<http://www.space-r.net/renossho>

森多恵子 (吉原住宅有限会社 なんちゃって編集長)



笑顔になれる ココロYOGA



ウパニシュタコーナアサナ
(開脚のポーズ)

子供って柔らかいですよね〜と言っているあなた、多分ほとんどの赤ちゃんはこんな風に柔らかいんですね〜♪覚えてますか?(笑) いつの日か股関節が硬くなって、脚が開かないばかりか腰も痛くて、膝も痛い。あれあれ、出来ないことばかり。でもですね、やってみてくださいよ。今の状況を確認しましょう。

硬いことは、やっぱりよくない何故かという、股関節周りは胴体と繋がっている部分です。股関節が硬くなると、下半身の血行が悪くなる、老廃物が溜まる、むくむ、筋肉の衰えもプラスされて脂肪が付く。そうすると脚を隠したくなる、そして諦める、それもストレスとなり、外に出ない、寂しい。。。あつ負の連鎖。この6月梅雨の時期、ただでさえジメジメしています。そして副交感神経が優位な時。思い切って足を出して外に出てみましょう!ショッピングでもいいですよ、歩くことが大事。そして地道にストレッチしましょう〜

お気に入りのレインブーツやレインコートを着て、ラウレアに遊びに来てくださいね〜。だれでもできる、身体にいいヨガを行いリフレッシュしていきましょう。

hitoyo [laule'a studio ヨガ&ピラティス]



対人レンズ

さて、気持ちのいい季節がやってまいりました。こちらは、見学者さんに冷泉荘をご案内しているサンダーさんの鍵束を持たせたら日本一ワンショット。冷泉荘の屋上は、管理人さんと一緒に登れば登れないスペースになっているので、見学の中でも印象に残る風景になっていただけたのではないのでしょうか。笑顔がそう語っているようです。

撮影：雨宮康子

ホークスタウンにセレクトショップを構えるe-acce.xモモクリのスタッフが九州を中心として活躍中のクリエイターに直撃取材!



九州クリエイター列伝



Vol.6 tomocca あっ、と目を引くようなデザインが魅力の tomocca を直撃!!

下條恵里(以下[t]):靴を作っていたらと伺いましたが、現在の活動に至るきっかけがあれば、教えて。

tomocca(以下[t]):現在のように靴や革小物を作るようになったのは、結婚して福岡へ引っ越してきたからなのですが、ファッションの専門学校卒業後、服飾の販売を数年やりました。それから販売より製造の方が好きかも!と思って靴の業界へ。それからさまざまな方との出逢いで今の仕事が出来たようになりました。

下:ちょっと変わってるけど、おしゃれなデザインが多いですが、tomoccaのコンセプトというか、制作をするうえで大切にしていることは何ですか?

t:tomoccaでは通常はお店に置いて頂く以外でもオーダーで革靴や革小物を作らせていただいています。なぜオーダーなのかということ、お店で売っている商品のここがもうちょっとこうだったらいいのにな〜とかわたしの持っている財布やポーチが入る大きさをこんなデザインがいい!というように意見をもとにその方だけのモノを作りたいという想いをいつも大切に制作しています。なので寸法や、お持ちのお財布等のサイズを測ってもらったりと事細かくやり取りをして作って行く事が多いです。



下:関西弁が可愛いtomoccaさんですが、福岡住んでビックリもしくはいいところなどはあれば…福岡どうですかー???

t:福岡いいところです〜笑。人も、優しく親身になってくれる方が多く感じます。あと、わたしは田川に住んでいるのですが、レングや炭坑の跡など見た事ない風景が沢山ありそれも魅力の一つですね。

下:今、もの作り以外ではまっていることはありますか?

t:アメリカのドラマGleeにはまっています。あと、オルガンとベースです!

下:今後の展望、夢はなんですか?

t:今後は、もっと自分の技術を高めたいですね。あと、全然違う方面ですが、マッサージやエステなど人を癒す技術を取得したいと思っています。

下:唐突だけど、「やりたいたいこと叶えてあげる」と言われたら、なにしたい?
t:やりたいたいことですか〜いっぱいあります。笑 強いて言うなら海外に旅行ですかね!親や家族、友達を好きなきこに好きなだけ旅行したいです。

下:なんでもいいので、一言どうぞ。

t:福岡に来て、まだ1年半くらいなのですが人に恵まれてるのをとても実感しています。九州ってあまり来た事なかったのですが、もっと色んな方と出逢えたらいいな〜と思っていますので皆さん宜しくお願いします。笑

下:紹介ブログなどイベント情報などあれば、お知らせください。

t:ブログは、“お猫と写真と、時々靴”でやっています。靴ネタ全然出て来ないです。笑 あと、6月29日まで天神V10R01階でe-acce.POP UP STOREで靴など出品させて頂いていますのでお近くへお越しの際は是非!

酒民党员でもある、まちづくり屋さんに聞く!

酒民 in 酒話

ハモでお酒を



真夏のような日や梅雨で身体が疲れる季節、旬の食材で元氣を取り戻しましょう。その一つがハモ(鱧)です。ハモは「梅雨の水を飲んで旨くなる」と言われ、この季節から脂がのって身が柔らかくなる夏を代表する食材です。目の疲れに良いビタミンAや鉄分、コンドロイチン、EPAなどの女性にお勧めの栄養が豊富です。ハモの調理で有名なのが骨切りです。小骨が多いハモに細かく包丁を入れ、食べやすくします。骨切り済みのハモも売っているので、家庭でもハモを楽しめます。

茹でてよし、焼いてよし、煮てよし、揚げてよしの素晴らしい食材です。家庭でも楽しめるとはいえ、料理店で食べて欲しいですね。黒田官兵衛ゆかりの地、大分県中津市はハモが名物です。中津を訪ねた際はハモ料理をぜひ、また中津は一万円札の肖像でお馴染みの福沢諭吉の故郷です。諭吉はお酒が好きだった事でも有名です。こんな話があります。中津に帰った諭吉を暗殺しようとする者が諭吉が寝たら襲うべく潜んでいたのですが、旧知の者と酒を飲んでいた諭吉は、いつまでも飲むのを止めません。刺客は諦めて、諭吉は命拾いをしたそうです。ちなみに現在発行されている一万円札は福沢諭吉紙幣の二代目ですが、反対側には何が描かれているか、バツと思いつきますか?答えは鳳凰です。分かりましたか?では、前の一万円札は何でしょう?答えはキジです。ハモで元氣になって諭吉のようにラッキーなお酒を飲みたいたいですね。