

# Safari *me time*

[サファリ ミータイム] VOL.01 Jul 2020

ニユーノーマルな生活を  
もっと楽しく、快適に。



B&O

# A1

第二世代

BANG & OLUFSEN

## Bang & Olufsenの本格サウンドを何処へでも

サウンド、防塵防滴性能、バッテリー性能、  
スピーカーフォン機能が進化したA1第2世代モデル新登場

[www.bang-olufsen.com](http://www.bang-olufsen.com)



Beosound A1

希望小売価格 ¥29,900 (税込)

正規販売代理店および家電量販店でお求めいただけます。



チャコールブラック



ミストグレー

## 06 ニューノーマルな暮らしの中で。

- 08 仕事の息抜きにサンドイッチを。
- 10 自宅で仕事が終わった後の「自分時間」は心を整える。
- 12 リモートワーク 自宅仕事を快適にするヒント。
- 14 家呑みを楽しくする、簡単「ちょい足し」缶詰め料理。
- 16 大人のおやつ時間は「甘味と苦味」を。
- 17 美味しい、ご飯のお供をお取り寄せ。
- 18 簡単「自宅ヨガ」でリフレッシュ。
- 20 お風呂タイムは自分へのご褒美。
- 22 [シチズン] 自分だけの時間にふさわしい腕時計。
- 25 [リアップX5プラスネオ] 1日2回で“強く、太く、発毛”。
- 27 [山田養蜂場] 高栄養サブリ“プロポリス300”に注目。
- 29 [ヤーマントウキョウ ジャパン] 見た目の印象も気分もすっきり。
- 31 [ドクタープロナー] 心地よく洗いあげる“魔法”のソープ。  
[緑の森] 刺激は少なく、うるおいはたっぷり。
- 33 [LGエレクトロニクス] 自然とリビングにみんなが集まる。
- 35 [キリンビール] いつもの家呑みがよりしあわせに。

# Safari me time

[サファリ ミータイム] VOL.01 July 2020

Publisher 榊原達弥	Director of Media Division 成井 毅	Art Director 藤澤拓也 (ANAGUMA)	Writer 遠藤 匠 木内アキ 前田聡美
Editor in Chief 藤原 晃	Media Division Staff 伊藤隆寛	Designer 渋谷裕子 (ANAGUMA)	Illustrator 須山 奈津希 徳丸ゆう
Editor 須田智子 小林 愛 佐々木 優	伊庭万紀子 長橋 輝 鈴木優希 浅見雄介 吉田千晃 加藤詩音 市川幸治	Stylist 浅井秀規 佐々木 誠 柳川武史 (remix)	
	Photographer 正重智生 (BOIL) 田中丸 善治 仲山宏樹 (BOIL) 松木宏祐		

### Cover Credit

男:腕時計18万円(シチズン / シチズンお客様時計相談室)、その他はスタイリスト私物  
女:腕時計10万円(シチズン / シチズンお客様時計相談室)、その他はスタイリスト私物

©シチズン お客様時計相談室 ☎0120-78-4807

発行  
株式会社日之出出版  
〒104-8505東京都中央区八丁堀4-6-5  
編集 ☎03-5543-1230  
広告 ☎03-5543-1139

●本誌掲載商品の価格表示はすべて本体のみ(税抜き)の価格です。  
●本誌内の記事及び写真、イラストなどの無断複写、複製、放送などを禁じます。  
●本誌の編集内容に関するお問い合わせは  
編集部直通 ☎03-5543-1230までお願いいたします。  
なお、土・日・祝日はお休みとなっております。



シャツ3万2000円  
(ジェームス パース  
/ジェームス パース  
青山店)



# ニューノーマルな暮らしの中で。

今、時代は大きく変わろうとしています。当たり前が当たり前でなくなった経験を経て、新たなライフスタイル、働き方が築かれようとしています。手探りではありますが、みなさんが望んでいるのは新しいライフワークバランス。満員電車で揺られて出社することなく、リモートで仕事。打ち合わせなども対面でなく、Web会議で。なんとなく、人混みや密集を避け、買い物もECを使うことが増えていませんか？ こうして他人との接触頻度が減ってくると、逆に増えてくるのが自分1人の時間、あるいは家で家族と過ごす時間。

これからの時代は、この時間の使い方が鍵となってきそうです。



ニットワンピース2万9000円  
(ジェームス パース/ジェーム  
ス パース 青山店)



Tシャツ1万3000円(ジェームス パース/ジェー  
ムス パース 青山店)、キャップ1万5500円(ヨセミ  
テ/ジェームス パース 青山店)

今までは平日、仕事で外出し、家族同士が顔を合わせる機会も限られていました。しかし、家での仕事が可能になり、毎日長時間、一緒にいることで家族といえどお互いストレスを感じることもあるかもしれません。また逆に、家に1人きりでこもる時間が増えた人は、心やカラダに変調が出てくる場合もあります。なので、これからは、いかに「自分の時間」を有効に、上手に、快適に使っていただけるかが大切です。自宅でリモートワーク時間、その後のアフターワーク時間をどうストレスフリーで過ごせるか？ そのヒントを是非、この『Safari me time』の中で見つけてほしいと思っています。



©ジェームス パース 青山店 ☎03-6418-0928 ヤーマン ☎0120-776-282



シャツ2万6000円、ショーツ2万  
5000円(以上ジェームス パース  
/ジェームス パース 青山店)、  
手に持った美容器「キャピスバ  
RFコアEX」4万5000円、「WA  
VY」3万円(以上ヤーマン トウキ  
ョウ ジャパン/ヤーマン)

# 仕事の息抜きにサンドイッチを。



料理家 副島モウさん

料理研究家パトリス・ジュリアン氏に師事後、独立。過去にはヒュー・ジャックマンの専属料理人を務めた。鎌倉に自身の店(ランデブーデザミ)と(月見つくねを鎌倉で)の2店舗を持つ。

リモートワークで頭を悩ます問題のひとつに昼ご飯がある。オフィスなら、ちょっと今日は外でもできたけど、自宅のまわりにそんな店はない。という環境の人もいるのでは? となると毎日、自分で作らなければいけない。なにか簡単に手軽にバリエーションも作れるものはないのか? そこで、おすすめがサンドイッチ。ちょっとお洒落な見た目、ヘルシーなサンドイッチなんてどう? え!? 難しそう? いえいえ、今回レシピを覚えてくれた料理家の副島モウさんによると、実はちょっとした手間やコツを覚えれば、手軽に作る事ができるのだそう。「たとえばメインの食パンはコンビニやスーパーで売っている薄切りのもので十分。流行の高級食パンは、フワフワすぎてサンドイッチに向かないものもあります」さらに見た目にもお洒落なサンドイッチを作るコツはたったひとつ。中身の材料をいつもより薄切りにすることだそう。「サンドイッチはフランスの料理。厚く切りすぎると具材を合わせたときにそれぞれの主張が強くなってしまふ。なるべく同じ厚さで、そしていつもより薄めに切るとまとまりやすく、食べやすいです」そうとわかれば、さっそく明日からチャレンジしてみれば? これなら朝食に作って、残りを昼にならなくてもできそう。また、自分で作る楽しさもあり、昼の休憩時間がちょっととした息抜きになる!?

## 02

### 話題の喫茶店の味!? だし巻きオムレツサンド。



最近ちょっとしたブームのだし巻き卵サンド。だし巻き卵を焼くと難易度が高そう。けれど、グルグル混ぜるだけのオムレツなら、少し形が崩れてもOK! コツは卵を一気に焼き上げること。そのためには、調理前に菜箸と耐熱のゴムベラの用意をお忘れなく。

材料A、Bをそれぞれボウルに入れて混ぜ、食パンにBを塗る。フライパンに油を敷き中火で熱したら、Aを一気に流し入れ菜箸でグルグル混ぜながら加熱。固まってきたら耐熱ゴムベラで食パンの大きさにたたんでいく。これをパンに挟み、最後にパンの耳をカットして完成!

- 材料**
- 水…大さじ2 A
  - からし…小さじ1/2 B
  - 卵…2個 A
  - 3倍濃縮めんつゆ…大さじ1/2 A
  - マヨネーズ…大さじ2 B
  - 食パン(8枚切り)…2枚
  - サラダ油…大さじ2



## Column

### 暑い夏の喉を潤す、「フレーバーウォーター」。

日常に飲む水も果物をひとつ入れるだけで、ヘルシーかつ見た目も華やかなフレーバーウォーターに。食事の邪魔をしないほんのり控えめな風味で、サンドイッチとも好相性。

#### オレンジ



日焼け後に飲みたいビタミンCドリンク。

柑橘類は美肌に効くビタミンCが豊富。くすみのない美白を意識するのなら是非オレンジを。

#### スイカ



気になるむくみに夏のフルーツを。

スイカは利尿作用があるカリウムが豊富で、むくみを解消。抗酸化作用のあるローズマリーと。

#### パッションフルーツ



ちょっとお疲れ顔の朝に。

パッションフルーツに豊富に含まれるベータカロチンは、疲労回復やアンチエイジングに効果アリ!

## 03

### アボカドと大葉のマリアージュサンド。

濃厚な味わいのアボカドもサンドイッチに合う食材。洋風なイメージだけど、和のハーブともいうべき大葉と合わせてみたら、意外にも好相性! ねっとりしたアボカドが大葉でさっぱり。夏の朝食にぴったりな爽やかな風味は、一度食べたらくせになりそう。

アボカドは5mm幅の薄切りに。大葉は洗って水気を切り、茎は切り取っておく。マヨネーズと粒マスタードを混ぜたものを食パンに塗り、その上に大葉、ハム、アボカドの順でのせていく。もう1枚のパンで蓋をしたら、5分ほど重しをかける。最後に半分にカットして完成!



#### 材料

- アボカド…1/2個
- ハム…2枚
- 大葉…4枚
- マヨネーズ…大さじ2
- 粒マスタード…小さじ1
- 食パン(8枚切り)…2枚



詳しい作り方をcheck!



#### 材料

- きゅうり…2本
- 塩…小さじ1/2
- 水…大さじ1
- ロースハム…2枚
- マヨネーズ…大さじ2
- からし…小さじ1/2
- 食パン(8枚切り)

## 04

### きゅうりとハムのしゃきしゃきサンド。

スライスしたものを使うのではなく、塩もみしたきゅうりをたっぷり挟んだ新食感サンド。「カリカリ」という食感を存分に楽しむシンプルメニューなので、きゅうりの下準備は必須。とはいえ難しいことはなく、大切なのはとにかくきゅうりの水分を絞ること!

きゅうりは薄切りにし、マヨネーズとからしは混ぜておく。ボウルにきゅうりを入れ、塩と水でもんだのち流水でサッと洗って絞る。からしマヨネーズを塗ったパンにハムをのせ、きゅうりを全体に広げる。もう1枚のパンをのせて平らなもので5分ほど押し、半分にカットして完成!



## 01

### サラダチキンの欲張りサンド。

#### 材料

- サラダチキン…1/2枚
- トマト(5mmの薄切り)…2枚
- レタス…1枚
- パプリカ…1/4個
- クリームチーズ…大さじ2
- 粒マスタード…大さじ1
- 食パン(8枚切り)…2枚

ワンハンドで食べられ栄養バランスもよく、まさに理想の昼食!? しかもダイエットや筋トレの強い味方、サラダチキンと野菜のサンドがコチラ。コンビニでも買えるお手軽食材とカラフル野菜のコラボでプロテイン、食物繊維、ビタミン類を一気に取れる欲張りな一品に。

水分の多い食材はサンドイッチ向きではないので、水分を取り除くひと手間は惜しまずに。たとえばここで使うトマトなら、できるだけ薄く切ったり種の部分を取り除いたりして使うのもいい。炭水化物の摂りすぎが気になる人は、8枚切りではなく10枚切りの食パンでもOK!

#### 簡単な作り方。



常温に戻しておいたクリームチーズと粒マスタードを混ぜる。パンの上だと混ぜにくくムラが出るので、先に混ぜておくのがポイント。



食パンに具材を並べる。トマトは2枚、その上にパンの大きさに合わせて折りたたんだレタスをのせる。レタスはなるべく厚みを均等に。



パプリカも厚さが均等になるようにオン。もう1枚のパンをのせて、5分ほど平らなお皿などで全体を押しさえる。最後にカットして完成!

# 自宅の仕事が終わった後の「自分時間」は心を整える。

家で仕事をする事の難しさ。それは仕事をするうえで部屋の環境というハードの部分もありますが、もう一方でオンとオフの切り替えという問題も大きかったりしないでしょうか。普通であれば、会社帰りに同僚と飲みに行ったり、あるいは電車で帰る時間などによるワンクッションがあります。これらが、オンからオフへ徐々に気持ちを切り替える有効なスイッチの役目を果たしていたはず。しかし、リモートワークとなると、家でその日の仕事が終わったとたんに、すぐにオフタイム。自分の時間となってしまう。これでは、まだ交感神経が働いている最中な

ので、なかなかリラックスはしにくいもの。いくら自分の好きなことに使っている時間だとしても、なかなかカラダがついてはいかない。そこで、お部屋の中に気持ちをスイッチさせられるものをいくつか置いてみるのはいかがでしょうか？ 仕事をしてきたときと同じ環境ではあっても、音や匂い、自然の緑など、しっかりと五感に訴えるものがあるだけで変わるはず。これらがきつくと仕事終わりのピリッとしたムードをリラックスした心に導いてくれるはずだから。家でのリモートワーク終わりは、まず「心を整える」これを習慣化してみてください。

## 01 心を和ませる 観葉植物を部屋に。

部屋に緑を置くことは、なにかいい効果がありそう。それが風水的にどうかではなくとも、自然と気持ちがリラックスしませんか？ 加えて、部屋を彩るインテリアにもなり、毎日育てる楽しみだってある。まずはお気に入りひとつ置くことから始めてみては？

右: 剣状に尖った細長い葉がエキゾチックな雰囲気醸す「サンスベリア」1200円 中: 大きな葉でしっかりとした葉脈も出ているので、存在感のある「カラテア」3000円 左: 手をピンッと広げたような美しい5枚の葉が特徴の「パキラ」1200円(以上ソルソパーク)。鉢を包むレザー仕立てのプラントポット。Sサイズ5000円、Mサイズ8800円(以上ホーボー/バンダー)

教えてくれたのは……

【ソルソパーク】 SOLSO PARK

「部屋に合う、いいグリーンはないかな」なんてお探しの人はコチラへ。店内には多種多様な植物が揃ううえに、お洒落なジョウロや鉢なども豊富に取り揃う。もちろん季節ごとに植物は入れ替わるから、いつ行っても楽しい。

◎東京都港区南青山1-12-13  
◎11:00~18:00(土・日・祝10:00~19:00) 不定休  
☎03-6812-9770

## 02 部屋をホテルのような 香りでいっぱい。

高級ホテルに入った瞬間、いい香りに包まれて幸せな気分になったことがありますよね。そう、香りが心へ与える影響って案外大きいのです。それが家でも叶えられたら、どう？ 癒される香りなら、きっと今まで以上に居心地のいい部屋になること間違いありません。

ソファでス〜ッと寝てしまいそうな、心もカラダも癒される香りのラインナップはこちら。右から、(リトウ)スタンダードディフューザー「NATURAL MYSTIC」300ml 1万円(リトウ/リトウストア 原宿)、(シロ)ルームフレグランス 200ml 4200円(シロ/シロ カスタマーサポート)、(ピー・エフ・キャンドル)ディフューザー「TEAKWOOD & TOBACCO」3.5oz 4600円(ピー・エフ・キャンドル/洋)、(ドットール・グラニエス)ディフューザー「ACQUA」250ml 8000円(ドットール・グラニエス/ドットール・グラニエス ジャパン)



キャンドルのような心安らぐ暖色の灯りから、読書にも使える実用的な温白色まで。部屋の中はもちろんな、アウトドアにも使えるランタン。パートナーとのロマンチックなひとときにも是非。1万3800円(バルミューダ)

## 03 暗くなってきたら “ゆらぎ”で心を満たす。

“1/fゆらぎ”って聞いたことありますか？ 炎の“ゆらぎ”もそのひとつ。心臓の鼓動とリズムが同じため、リラックス効果があるのだとか。確かに、炎を見ているとなんだか心が和んでくる。パタパタと忙しい日常の中で、一息つく夜のほんの少しの間を“ゆらぎ”とともに。



富山県高岡市の伝統産業、鍔物の職人技による風鈴。手作業でろくろ仕上げをしているこちらは、真鍮の透きとおるような音の特徴。短冊が揺れるのも小粋です。スリム風鈴 ピンクゴールド 5500円(能作/シボネ)

## 05 音とともに自然を感じる 風鈴はリラックス効果抜群。

“風鈴”と聞くと、田舎のおばあちゃんの家的なイメージ!? でも、最近はとてもモダンでず〜と聴いていたいような涼やかな音色のものが多く出ています。これからの季節、窓際にひとつ下げておくと、いい風が家の中に入ってきていることを素敵な音色で教えてくれる。



カラダにフィットするビーズソファで、優しく包みこんでくれる感覚が幸せ。ヨギボー ミニ「ネイビーブルー」1万5800円、「ヨギボー サポート」ライムグリーン 1万3900円(以上ヨギボー/ヨギボーカスタマーサポート)

## 04 一度座ってしまったら もう立ち上がれない!?

掃除や洗濯もすべて終わって、これからは自分の趣味の時間。音楽を聴きながら買ったばかりの本を読んだり、友達とSNSでやりとりしたり。そんなとき、長時間座ってもカラダへの負担が少なく、どんな体勢にも対応してくれるソファがあったら、このうえなく幸せ!?



右: メンズネイビーイージーパンツ1万2000円、メンズクルーネックTシャツ9500円 左: レディースホワイトショーツ2万5000円、レディースガウン5万5000円、レディースノースリーブトップ1万2000円(以上ジェームス パース/ジェームス パース 青山店)

## 06 肌触りのよさと ゆったり感が心地いい。

まるで身につけていないかのように軽くて肌触りのいい素材感。そんなゆったりルームウェアがあれば、リラックスする時間がよりつるぎる。とはいえ、それがだらしく見えては本末転倒。ゆったりとしたシルエットだからこそ、部屋着に見えない上質なものを着たい。

Comfy Office **04** 気分のリフレッシュには 清潔な空気の循環が大切。

いつもいる部屋で気持ちを切り替えて仕事をするには、実は空気を入れ替えるっていうのもひとつの手。新鮮な空気が部屋に入れば、気分だってよくなりますよね。気になるウイルス対策にもなるから、1台持っておくといいのが空気清浄機付き扇風機。



(ダイソン)独自の技術で、清浄された空気を部屋の隅まで循環してくれる。アプリでコントロールできる機能も便利。ダイソン ピュアクール空気清浄タワーファン実勢価格5万7419円(ダイソン/ダイソンお客様相談室)

きれいな風でカラダを包みこむ。しかも、風が優しいから長時間当たっていても疲れにくく、カラダがぐっとリラックスできそう。CFX85 WC実勢価格3万9880円(デロンギ/デロンギ・ジャパンお客様サポートセンター)

Comfy Office **05** 健康のことも考慮した 流行りのPCスタイルとは?

PCを使っているときの自分の姿、見たことありますか? この前のめりで首が下がっている姿勢が実はカラダによくありません。欧米では当たり前になっているのが、PCスタンドや立ったままのPC使用。このニューノーマルなスタイルに挑戦してみてください。



腰痛や生産性の低下につながる座り仕事を解消するのがスタンディングワーク。北欧デザインシンプルなお見た目。高さは9段階調節でき、折り畳むとフラットに。デスクライザーライトコンパクト3万9000円(フリーデスク/エコフットハウス)

8段階の角度調整。高さを上げた部分にキーボードも収納可能。スマホ置きもある。PCとスマホの両方を簡単に操作することもできる。畳むとスリムに収納。PCスタンド4420円(エレコム/エレコムコールセンター)



◎エコフットハウス ☎03-6805-1282 MTG ☎0120-467-222  
 エレコムコールセンター ☎0570-067-676 ゲート CP営業部 ☎06-6208-7172  
 ソニーマーケティング買い物相談窓口 ☎050-3754-9555 ダイソンお客様相談室 ☎0120-295-731  
 デロンギ・ジャパン お客様サポートセンター ☎0120-804-280 西川お客様相談室 ☎0120-36-8161  
 BenQテクニカルサポートセンター ☎0570-015-533 ポーズ・オンラインストア ☎0120-002-009



カイロプラクティックの技術を応用して作られたブロックウレタン構造。骨盤まわりの骨をサポートしてくれるので、姿勢がよくなり、座りっぱなしでも腰が痛くならない。アスリートツーツー 1万3800円(スタイル/MTG)

Comfy Office **03** 長時間の座り姿勢でも カラダが痛くならない。

家の椅子に長時間座って仕事をしていると、カラダが悲鳴をあげてくる。そりゃオフィスの椅子とは違うので当然といえば当然。かといって、椅子を替えるのはかなりの出費を覚悟しないと。でもご安心を。クッションひとつで解決できる!

「エア」シリーズは、アスリートも履けるマットレスで有名。特殊立体波形状凸凹構造で、長時間座っても尻が痛くならないのが特徴。「エア」ポータブルクッションL 1万1000円(エア/西川お客様相談室)



Comfy Office **02** いざ家で仕事となってみて、 気づくのが明かりの少なさ。

オフィスには当然、天井に多くのライトがあり、暗いなんて思ったことはないはず。でも家で仕事をしてみると、その違いに気がつく。とはいえ、子供がいなければ、卓上ライトなんてない!? この際、目の健康のためにも買っておくべきでは?

照明範囲が95cmと広めなので、書類が多くて広げたい人にもおすすめ。まわりの照明を検出して光を自動調節したり、人を検知して自動消灯・点灯までしてくれる優秀ライト。ウィッツマインドデュオ2万4800円(ベンキュー/BenQテクニカルサポートセンター)



子供の様子など、音を感じながら仕事をしたい人は、ネックスピーカーが強い味方。周囲の音も通話の声もしっかり聞こえる。サウンドウェア コンパニオンスピーカー3万2000円(ポーズ/ポーズ・オンラインストア)

通話を快適にしたい人はヘッドセットがおすすめ。こちらは、聞こえはもちろん、高音質な4つのマイク搭載で、しゃべりがクリアに届きます。ボイジャー5200 1万7050円(ブランドロニクス/ゲート CP営業部)

外部の音をシャットアウトして集中したい人は、ノイズキャンセル機能のイヤフォンを。ワイヤレスノイズキャンセリングステレオヘッドセット実勢価格2万5880円(ソニー/ソニーマーケティング買い物相談窓口)

Comfy Office **01** たかがイヤフォン。でも、生活に合わせて選ぶとぐっと便利に。

リモート会議が増えたことで出番が多くなったイヤフォン。家の中で、まわりの音を消して仕事に集中したい人と子供の声や動く音を耳に入れておきたい人では選ぶものが違う。これを替えるだけでも家での仕事のはかどり具合も違ってくるはず。

そろそろリモートワーク疲れに陥っている人も多いのでは? おそらく最初のうちは誰もが、「万歳。これで明日から通勤地獄から解放される」。そう思ったはず。そして、自分のベースで仕事を進められるから、ストレスもなく、それに自宅だから快適このうえない仕事環境だ、なんて内心ほくそえんだり。でも、いざやってみると意外に敵が多いと感じませんでしたか? いきなり近所で工事がはじまったり、夕方になると小学生たちの遊び声が聞こえたり。それに加えて、なにより頭を悩ますのがWeb会議などをどこでやるか? さすがに散らかっている様子を同僚に見られるのは恥ずかしいし、かとい

ってリビングなどで仕事をしていると、子供が画面に乱入してきたり、突然、飼っている猫のムギちゃんやパソコンのキーボードに居座って仕事にストップなんてことも起こったり。さらに甘く見ていたのが自宅の椅子。オフィスと違って、家庭用の椅子なので、長時間同じ姿勢で座っているとちよっとカラダが痛くなる。この数カ月でこんな思いを抱きませんでした? だったら、まずは少しだけ自宅の改造を。とはいえ、いきなりの大改造は無理。最も気になる部分から解消していけば大丈夫。これだけでもリモートワークのストレスはまあまあ減るはず。まずはこれで自分の仕事時間を快適に。



Comfy Office  
 リモートワーク  
 自宅仕事を快適にするヒント。

# 家呑みを楽しくする、簡単 ちよい足し缶詰め料理。

外出自粛は解けたけど、会社の方針で週に何日はリモートという人も多いはず。となると、仕事終わりに断然多いのは「外呑み」よりも「家呑み」。ただ、「何日か続く」と、お酒のおつまみに飽きがきます。市販のものでは、やはり限界が。そんなときに活躍してくれるのが缶詰めだと教えてくれたのは料理研究家の口尾麻美さん。

「冷蔵の必要もなく、長い間保存のきく缶詰めは、何日も外出できない非常時に家にあると頼りになる食品。そのまま食べてもいいですが、食材として調理に活用すれば手軽にレシピの幅が広がります」

それに缶詰めの多くはすでに調理が済



料理研究家  
口尾麻美さん

アパレル会社勤務後、イタリア料理店を経て独立。現在はケータリング、雑誌、書籍の執筆など幅広く活躍中。著書に「まだ知らない台湾ローカル 旅とレシピ」(グラフィック社)などがある。

んでいるので下味や火入れも不要。「スープや炒めものに入れたり、サラダやパスタの具にしたりとアレンジの幅は無敵大。味がついてるものは「かばやきなら和食だから煮物に入れよう」と、奇をてらわず、もともとの風味の延長にあるレシピに使うのが失敗しないコツです」

## 料理におすすめの缶詰め。



かきくん製油つけ 105g  
久美浜や京都近郊で取れた新鮮なかきをオイルし、スモークをかけた油つけに。酒の肴にも最高。実勢価格931円(竹中罐詰)  
※実勢価格は編集部調べ



ビスコッドオマール 400g  
コニャックがほのり香るオマール海老のポタージュ。パンのお供&リゾットやパスタソースにも。1000円(アクアメール)



十勝ハーブ牛と塩だけで作った コンビーフ 95g  
十勝ハーブ牛のスネとネックだけを使用。化学調味料や保存料を使わず、肉と塩だけで旨みを追求。1100円(ノベルス食品)



やきとり たれ味 75g  
炭火で焼き上げた国産鶏肉に、焦がし醤油を使った濃厚で甘い秘伝のたれをからめた愛される味。160円(ホテイフーズ)



ボルトのツナ缶 385g  
現存する最古の缶詰メーカーの、ボルトガル直送ツナ缶。魚の風味が生きた歯応えがひと味違う美味しさ。800円(三幸貿易)  
※実勢価格は編集部調べ



チキンドライカレー 185g  
缶のまま熱湯で15分温めれば、スパイスが効いたドライカレーが食べられる。実勢価格468円(サンヨー堂/富士見商事)  
※実勢価格は編集部調べ

## Column

### 〈メズム東京〉直伝の飲みやすい「サスティナブル」カクテルもおすすめ。

捨ててしまいがちな野菜や果物の部分から作るカクテル。フタつきの空きビンやシェイカー代わりに、地球に優しいカクテル。自宅でもできるので挑戦して。



メズム東京、  
オートグラフ コレクション  
住東京都港区海岸1丁目10-30  
☎03-5777-1111  
URL <https://www.mesm.jp/>

レシピ公開!



材料(2人分)右の缶詰め…1個(4本)。トマトケチャップ…大さじ8杯。ウィンナー1本につき2杯が目安。使う前に常温に戻しておくのが熱く食べる秘訣。カレー粉…大さじ2。増減はお好みで

### ウィンナーソーセージ 300g缶詰

本場・ドイツのウィンナーソーセージが4本入った缶詰。最高級の豚肉だけを厳選。「ジュシーでパリッとした歯応えです」(口尾さん)。実勢価格1277円(ハライコジャパン)  
※実勢価格は編集部調べ



材料(2人分)右の缶詰め…1個。キムチ…100g。辛い好きの人は増やしても◎。木綿豆腐…200g(写真の豆腐だと半丁)。玉ねぎ…1/4個。調理開始前に薄くスライスしておくこと。サラダ油…適量。しょう油…適量

### ちよしたのかばやきさんま

味・照り・香りにこだわった特製調味たれにつけた、さんま。これを遠赤外線でご飯で焼くと、香ばしく揚げ上がった蒲焼き缶詰め。「ビタミンBやDHAほか栄養素も豊富」(口尾さん)。220円(田原缶詰)



材料(2人分)右の缶詰め…1個。モッツァレラチーズ…1パック(100g)。生ハムスライス…60g。甘夏の実の数と同じ枚数を使用する。黒コショウ…適量。オリーブオイル…適量。バジル…適量

### 国産果実 甘夏 130g

選りすぐりの国産甘夏みかんをシロップ漬けに。「甘夏の独特のほろ苦さと、酸味のある甘さとのハーモニーが楽しめます」(口尾さん)。実勢価格215円(サンヨー堂/富士見商事)  
※実勢価格は編集部調べ



## Home Bar 03 モッツァレラと甘夏のオイルマリネ。

フルーツの酸味と相性のいいモッツァレラチーズを、生ハムで巻いてマリネにした夏らしい前菜。切って巻くだけの手軽さながら、お酒な雰囲気になるうえワインとの相性も抜群。覚えておくと、ここぞのときに便利!



3 やや深めの容器に②を並べ、オリーブオイルをたっぷりたまわしかける。その上から、手でちぎったバジルを全体に散らして完成。  
2 広げた生ハムの上に、甘夏とモッツァレラチーズを1片ずつのせ、お好みで黒コショウをかけた後、くるくると巻く。すべての甘夏を同様。  
1 甘夏を缶から出してザルにあげ、シロップの水気を切っておく。モッツァレラチーズは、甘夏の大きさに合わせて細長くカットする。



## Home Bar 02 さんま蒲焼きのトゥブキムチ風。

水気を除いた豆腐の上に、ニンニクと胡麻油で炒めたキムチを添える本場の食べ方に対し、さんまの蒲焼きを活用することでコクと食べ応えをプラスしたアレンジレシピ。酒のつまみのほか、ヘルシーなおかずとしても。



3 ②にさんま缶詰めを汁ごと投入し、身をほぐしつつ炒める。水分が飛んだら、お好みでしょう油を適量加え、豆腐と一緒に皿に盛りつけて完成。  
2 フライパンにサラダ油を引き、玉ねぎを炒める。油が通ってしんなり透明になってきたら、キムチを入れ、全体が馴染むまでさらに炒める。  
1 豆腐を大きき3×5cm大、厚さ1cmの長方形を目安にスライスする。切った豆腐はキッチンペーパーの上に並べ、余分な水気を切っておく。



## Home Bar 01 ドイツ名物・カレーブルスト。

ひと口大に切り分けたソーセージに、カレー粉とケチャップをたっぷりかけて食べるドイツの名物料理。余力があればフライドポテトやパンも用意して、肉汁が溶け出したスパイシーなケチャップソースを付けながら食べるのも美味。



3 ②をお皿に盛り、常温に戻したケチャップをまんべんなくかける。その上からケチャップを覆うようにカレー粉をたっぷりかけて完成。  
2 ソーセージを軽く湯切りし、ひと口大を目安に食べやすい大きさにカット。4本すべて同様に、ソーセージが熱いのでヤケドに注意。  
1 深めのフライパン、または鍋で湯を沸かす。沸騰したところで缶から取り出したソーセージを入れ、ボイルして中までしっかりと温める。



# 大人のおやつ時間は「甘味と苦味」を。

人間も馬と同じで目の前にニンジンがないと、頑張れないときがある。特にリモートワークのように、孤独な1人仕事はなおさら。そこで利用したいのが、3時のおやつタイム。コンビニなどで気軽に買えない、スペシャルなものを用意して、自分を奮立たせれば、仕事の効率もぐっと上がったります。頑張る自分のため、あるいは大切な人のために、とおきのお菓子を用意してみよう。おすすめは、大人な和菓子とコーヒー。一見、ミスマッチのように思えますが、脂肪分を使わない和菓子は口の中に油膜を作らないので、飽とコーヒー豆、それぞれの繊細な風味や特徴を邪魔しない。これぞ甘さだけでなく、ちゃんと苦味も知る、人生経験豊富な大人にふさわしい3時のおやつといってもよいのでは？



虎ノ門 岡笠栄本店  
豆大福

大正元年創業。赤えんどう豆の塩気がほどよく効いた柔らかな餅生地の中に、十勝産の小豆を使用した優しい甘さのこし餡がたっぷり。手みやげの定番として人気。1個250円。

## Order Gourmet 美味しい、ご飯のお供をお取り寄せ。

ステイホームなライフスタイルのおかげで、圧倒的に増えたのがネットでお買い物。そして、これは日用品や洋服だにとどまらない。日本全国各地の旨いもの、そのひとつ。今までは外食などにも行けなかったのが、せめて美味しいものを自宅という考えから、いろいろとお取り寄せした人も多かったはず。しかし、一度その魅力に取りつかれたら逃げられない。外食ができるようになった今でも、肅々とお取り寄せを続けていたりもする。そもそも日本には、ご当地の名産食材や地元ならではの食文化を反映した個性豊かな一品がたくさんある。その中から今回は、白いご飯のお供にぴったりなものにフォーカスをあてました。いつも以上に、知らず知らずのうちに箸が進むものばかり。近所のスーパーで買えるものとは全然違うと実感するはず。ただし、ご飯の食べすぎには本当に注意です。



**03** **高知**  
上町池澤本店  
土佐の赤かつお にんにく  
高知の老舗鮮魚店が考案。かつおを門外不出の秘伝ダレで煮込み、一味唐辛子とんにんにくでアクセントをつけたフレーク。炒め物にも。564円。  
<https://kochinet.info/aka>

**02** **山形**  
山一醤油  
あけがらし  
日本で山一蔵だけに伝わってきた秘伝の食材。米麹に芥子と麻の実をあしらったその味は甘くてピリ辛。プチプチした食感も小気味よい。650円。  
<http://akegarashi.jp/>

**01** **三重**  
松阪まるよし  
松阪牛 しぐれ煮  
精肉からレストランまで展開する松阪牛の老舗。たっぷり入った牛肉のしぐれ煮には隠し味に餡や白ワインも。生姜が香る甘めの味つけ。1000円。  
<https://www.matsusakamaruyoshi.jp/>

**06** **茨城**  
出羽屋  
つくた煮詰合せSA-35  
霞ヶ浦で旬の時期に水揚げした白魚やわかさぎの佃煮を筆頭に、えびやちりめん山椒など6種のご飯のお供が入った嬉しい詰め合わせ。3350円。  
<https://dewaya.net/>

**05** **茨城**  
丸真食品  
舟納豆  
茨城県産納豆小粒を使用し、松の経木の中で発酵させ作られた逸品。そばの実や切り干し大根が入ったものなど味のバリエも豊富。1個180円。  
<https://www.funanatto.co.jp/>

**04** **北海道**  
金印  
山わさび 醤油味  
主に北海道で食される、ツーンとすっきりした辛みの山わさび。これを白ご飯に合う醤油仕立てに。焼き肉やお刺身のつけ合わせにも。720円。  
<https://shop.kinjirushi.co.jp/>

**03** **中里菓子店**  
揚最中  
上質な胡麻油で揚げた最中皮に、北海道十勝産の小豆で練り上げた小倉餡を挟みこんだ一品。伊豆大島産のやきしおの風味が、甘みを引き立てるアクセントに。1個170円。  
<http://nakazato-kashi.jp/>

**02** **青柳正家**  
栗羊羹  
箱を開けた瞬間、ほっくりと漂う栗と小豆の香りが格別。丁寧に灰汁を取る作業の賜物である顔色に透き通った餡の中に、黄金色の栗がずらりと並ぶ様子は圧巻。4100円。  
<https://www.aoyagiseike.jp/>

**06** **徳太樓**  
きんつば  
風味豊かに吹き上げた北海道産小豆の粒餡と、銅板で火を通す薄くてモチモチとした皮のパランスが絶妙。小ぶりのサイズは浅草の芸者さんがさっと食べるもめの名残り。1個140円。  
<https://tokutarou.net/>

**05** **うさぎや**  
どらやき  
レンゲの蜂蜜を加えた、ふんわりとなめらかな皮の間に、2日間じっくり寝かせて味を馴染ませた粒餡がぎゅっと詰まった上野の名物。出来たてが買えるのも嬉しい。1個213円。  
<http://www.ueno-usagiya.jp/>

**“深煎り”にこだわるロースター。**  
今回、和菓子に合わせたのは、コクと深み豊かな深煎りだけにこだわった初台にある自家焙煎所のコーヒー豆。直火による焙煎でじっくり豆の旨みを引き出している。  
**G☆P COFFEE ROASTER**  
インドネシア200g  
スパイスでキラのある苦味と独特の香りが特徴のインドネシアのマンドリン。鼻から抜ける余韻を楽しめるエキゾチックな味。上品な和菓子の甘さと相性◎。200g1728円  
[https://www.instagram.com/gp\\_coffee\\_roaster/](https://www.instagram.com/gp_coffee_roaster/)

**04** **空也**  
空也もなか  
明治17年創業、夏目漱石や林芙美子も愛した老舗。さっくりと香ばしい焦がし皮と、豆の風味が残る自家製餡の甘みが心地よく調和する。要予約。自宅用10個入り1112円。

# 簡単「自宅ヨガ」でリフレッシュ。

自宅での時間が増えたことで、運動不足を感じたり、ストレスが溜まってきたり、これはリモートワークの悩みとしてよく聞く話。この解消にはヨガがぴったり、とインストラクターのゆういねさん。「全身の筋肉をゆっくりに伸ばすことで血液の巡りがよくなるのに加え、ヨガ特有の深い呼吸をゆっくりに続けると、自律神経が整うのを助けられます。その結果、カラダの機能がスムーズに働き出して疲れにくくなります。また、ストレスで浅く

なった呼吸を平常に戻し、気持ちを取り戻す。特別な道具も不要で、ラフな服装で、家で好きなときにはじめられるのも魅力。「胃になにか入っている食後すぐの時間を避け、カラダが温まって筋肉がほぐれやすいお風呂上がりや寝る前すべてのポーズを終えた後、大の字になってゆっくりに脱力すると、日中の緊張が自然にとれてよく眠れるようになりますよ」

ヨガインストラクター  
ゆういねさん

21歳でハタヨガに出会い、2007年からインストラクターに。現在は自ら開発した「オルチャン小顔ヨガ」のスクールを主宰。東京都内を中心に活動中。https://ameblo.jp/yukine0530/



1 組みやすいほうの足を下にあげ、かかとをカラダの中心に揃える。両手の平をお尻の肉を後ろにすくようにし、座骨を床に。最後に背筋を伸ばし軽くあごを引く。

2 胸の前で合掌し、そのまま天井に向け両腕を伸ばす。腕を伸ばしたまま左右に開き、ゆったりと腰まで下ろす。自然な呼吸を保ちながら、背中の後ろで手を合わせ、指を絡める。



## 01 胸を開いて呼吸を深めるポーズ。

ストレスが溜まったり、緊張でカラダに力が入ったりすることで、知らず知らず呼吸が浅くなっていることも疲れが抜けない原因のひとつ。「まずはカラダの動きに合わせてしっかり胸を開き、深い呼吸を行うことで、心身を落ち着かせてリラックスした状態に戻しましょう」(ゆういねさん)。



3 肩甲骨を寄せ合うイメージで、組んだ手を後ろに向かって伸ばす。(手が組めない人は肩甲骨を寄せるだけでも可)。視線は斜め上に。自然な呼吸を保ったまま10秒姿勢をキープ。

### Column 01

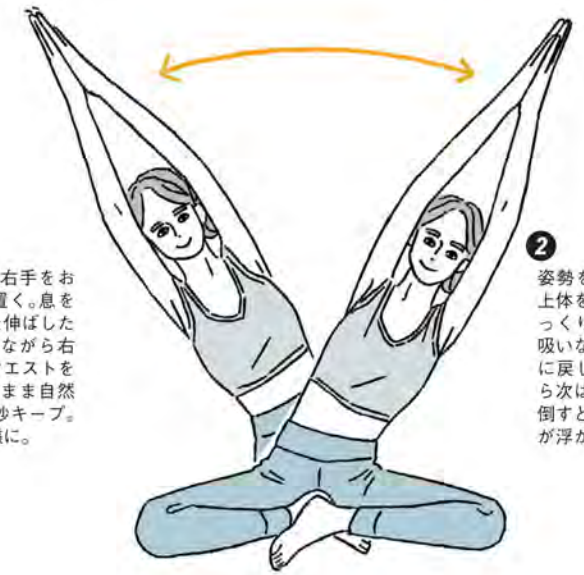
#### 1枚で2役の「ヨガで使えるタオル」。

「ポーズの途中で足がすべるとケガのもと。フローリングなら素足で行う、ヨガマットを使うなどの配慮をしましょう」と、ゆういねさん。自宅で行うなら、収納場所を取らずコンパクトに使える「ヨガマットにもなるタオル」を活用する方法も。

吸水力・速乾性に優れたリサイクルポリエステル使用。表面に砂が付きにくいのでビーチヨガにも。W72×H184cm 各4800円(以上ノマディックス/アルコインターナショナル)



1 01の①同様に、かかとを揃えてあぐらをかき、背筋を伸ばしてあごを引く。そのまま両腕を耳を挟むようにまっすぐ上に伸ばし、頭頂の延長線上で両方の手の平を合わせる。



2 姿勢を維持したまま、上体を左に倒しつつゆっくりに息を吐く。息を吸いながら上体を中心に戻し、息を吐きながら今度は上体を右に倒す。倒すときに床からお尻が浮かないように注意。



3 左手を右膝、右手をお尻の後ろに置く。息を吸って背筋を伸ばした後、息を吐きながら右に向かってウエストをひねり、そのまま自然な呼吸で10秒キープ。反対側も同様に。

## 03 股関節を伸ばして脚の疲れを取るポーズ。

立つ、座る、歩くといった動作すべてに関わる股関節は、たくさんの筋肉が集まる部位。硬くなると脚のむくみのほか、腰や背中への痛みも起こりやすい。「座る時間が増えやすい今こそ、股関節の血行の改善を。ここを柔軟に保つと冷え性や脚の重さも緩和されます」(ゆういねさん)。



3 後ろの手を後ろの太腿にあてる。ゆっくりに息を吐きながら、前に伸ばした手を耳に近づけると同時に、自然に背中をそらせる。そのまま15秒キープ。反対側も同様に。



2 姿勢を維持したまま、上半身だけを90度ひねり、腕を水平に伸ばす。カラダの位置をキープしたまま、視線は前に伸ばした指先に向け、15秒キープ。呼吸は自然に続けること。



1 肩幅の2倍を目安に足を前後に開き、前脚は真っすぐ、後ろ足はつま先を45度外側に置く。そのまま前膝を90度に曲げ、両腕で耳を挟むように手を上に伸ばし、15秒キープ。

## 04 内臓の位置を戻しヒップアップするポーズ。

立ちっぱなし、座りっぱなしの姿勢でいると、重力の影響で内臓が下がり気味に。「内臓をもとの位置に戻すと同時に、お尻と太腿の間の筋肉を引き締めるポーズです。座りっぱなしだとベタンコになりやすいヒップラインに、立体感のある丸みが戻ってきますよ」(ゆういねさん)。



1 膝を立てた状態で床に横たわる。足を腰の幅に開き、かかとをお尻の近くに引き寄せる。両手の平を下にして、カラダの側にびったりと寄せる。視線はまっすぐ天井を見る。



2 骨盤から膝が平行になるようお尻を持ち上げ、肛門を引き締めながら10秒キープ。そのまま両手をお尻の下で組み、腕をしっかりと伸ばして肩甲骨を引き締め、さらに10秒キープ。



3 腰を落としてから、太腿を胸に近づけるように両膝を抱える。膝を抱えたまま、左右5回ずつを目安にゴロゴロと左右に揺れる。終わったら、大の字で脱力し、ゆっくりに深呼吸。

### Column 02

#### もっとヨガを知りたいなら『YouTube』で。

「YouTube」なら、無料で様々なヨガやストレッチを学べる。とはいえ、無数にありすぎて、なにを見ればいいのか。そこで、初心者にもわかりやすいチャンネルを3つピックアップ。これを見ながら、気軽にカラダを動かそう。



初心者にもわかりやすいヨガレッスン。

#### 『Gate8チャンネル』

人気スクール「TOKYOYOGA」のディレクターで、トップインストラクターのchamaさんが初心者向けに送る、おうちヨガチャンネル。楽しくわかりやすいレッスンに定評あり。  
https://www.youtube.com/c/Gate8チャンネル



機能的なストレッチで疲れを解消。

#### 『DariaFIT【15万人指導トレーナー】』

機能的なカラダ作りを目指して、トレーニングやストレッチをわかりやすく紹介。ストレッチボールを使って全身を伸ばすエクササイズは、肩こり・腰痛持ちの人におすすめ。  
https://www.youtube.com/channel/UCyISBAxY9R0WUxj7FyohEA



全身+顔も鍛えて小顔効果が狙える。

#### 『ine yuu』

今回ヨガを教えたくれたゆう先生のチャンネル。ヨガはもちろん、意識しづらい顔の筋肉を鍛えてむくみやデトックスを解消するエクササイズなど美容に嬉しいコンテンツも。  
https://www.youtube.com/channel/UCLEI18J84royxLp6bsFnA

# お風呂タイムは自分へのご褒美。

1日の終わりに訪れる入浴タイム。これは、本当の意味で、自分だけの時間となるもの。仕事の疲れを癒し、それまでアクティブに働いていた交感神経を副交感神経にスイッチさせる絶好のチャンスでもある。だから単にカラダを洗って、髪をシャンプーしてなどという、作業の時間にしてしまうのはもったいない。きちんと心とカラダに1日のご褒美をあげないと。たとえば、水に濡れても大丈夫なマッサージグッズで凝り固まったカラダをほぐしていくのもいいし、ゆるめの温度の

お風呂に長時間浸かったりするのもいい。もちろん、そうした間も五感でリラックスできるほうがいい。だから、大好きな音楽をBluetoothスピーカーで聴いたり、観たかった動画を風呂に入りながら観るのもいいだろう。そしてバスタイムはなにも入っている間だけではない。家に帰るまでが遠足、であるのと同じように、風呂を出て髪やカラダを拭くまでがバスタイム。せっかかない気持ちになったカラダを、ゴワゴワのタオルで拭くのは御法度。吸湿性のよいタオルに肌にも幸せを。



## 02 Bath Time

### 水に邪魔されず、目と耳でも癒される。

バスタブに浸かりながら、映画や音楽を楽しむ。最高に癒される時間です。でも、スマホをジブロックに入れて使ったりしていませんか？ 専用の防水ケースや防水スピーカーなら、安心して最高の環境でくつろげる。でもリラックスするあまり、のぼせないように。



360度全方位に音が広がることで、あらゆる角度から高音質を楽しむことができる。カラフルに光ってパーティ気分にも。防水スピーカー 実勢価格1万9800円(JBL/ハーマンインターナショナル)

“アレクサ”搭載のモデルはブランド初。どんなインテリアにも馴染む北欧発のブランドらしい無駄のないデザイン。臨場感ある音を楽しんで。ベオサウンド A1 第2世代2万7182円(パング & オルフセン/TFC)



ダイビングギアブランドならではの技術が詰めこまれ、最高レベルの防水・防塵機能を備える。手からストラップが離れても沈まずに浮いてくれる。スマートフォン用防水ケース3000円(エムバックプラス/モビーディック)

防水性能に優れているので、お風呂で映画やYouTubeなどを楽しむのにぴったり。透明の膜には伸縮性があり、スマホケースに凹凸があってもOK。スマートフォン用防水ケース1446円(無印良品/無印良品 銀座)

上:上質なコットンを甘く燃った柔らかなタオル。7500円(テネリータ) 中:その名のとおり洗えば洗うほどフワフワに。包装もお洒落なので贈答品にもオススメ。7000円(育てるタオル/エイズイ) 下:米国産希少綿花の超長繊維綿を使用し、シルクのようななめらかなさ。1万円(シング ファブリックス/シング)

### すっきり収納ホテル風タオルのたたみ方。



完成! 1:左端を三角に折る 2:そのままタオルを横半分折る 3:その状態を崩さずタオルを裏返しにし、三角に折っていない側からクルクルと巻いていく 4:巻き終わったら、先端を丸めた筒の中に入れてこんで完成。崩れづらく、美しい見た目

## 03 Bath Time

### お風呂上がりは極上の感触に包まれて。

お風呂“中”の時間もこだわるなら、お風呂“後”の時間だってこだわるべき。引き出物やお祝いでもらったものでもいいかもしれないけれど、どうせだったらふわふわタオルに身を包まれたくありませんか？ 吸水力も高く、さらりとした肌に戻るのも一瞬。きっと使えば病みつきに。



フェイス用のアタッチメントも付属するので、顔に使えばリフトアップ効果も期待できる。しっかり握れるデザインの手持手で、お風呂中の濡れた手でも使いやすいのが嬉しい。ヘッドスパリフト1万2500円(ミーゼ/ヤーマン)



トータルケアブランド(ルメント)より登場。独自の3D設計により、まるで人の手で揉まれているかのような使用感。凝り固まった頭皮へアプローチしてくれる。ルメント ヘッドスパ9800円(ルメント/マジックナンバー)

さすが(リファ)という流線形の洗練されたルックス。頭皮を連続的につまみ上げ、小気味いいリズムでしっかりほぐしてくれる。顔のたるみや毛穴の悩みへも効果アリ。リファグレイス ヘッドスパ2万9800円(リファ/MTG)



ほどよい硬さのシリコン製頭皮用ブラシ。これを使ってシャンプーした後のすっきり感がすごいと口コミで大ヒット。首や肩のツボ押しにも最適。ウカスカルプブラシ ケンザン2000円(ウカ/ウカトキョーヘッドオフィス)

**宇宙でも求められるスーパーチタニウムは50年にも及ぶ〈シチズン〉の技術の結晶。**

“アテッサ”アクトラインに使われている〈シチズン〉の独自素材“スーパーチタニウム”。重さはステンレスの約60%だが表面硬度は5倍以上。つまりキズに強く軽量。しかも錆にくいなどの特性を備えている。そして、〈シチズン〉がチタニウム外装を持つ世界初の腕時計を世に出して今年で50周年。その長年にわたる研究の成果は、実は“HAKUTO-R”という世界初の民間月面探査プログラムを通じて月着陸船と月探査車に活用される予定となっている。宇宙での信頼性と耐環境性が実証されるのはそう遠くない。

右上：“HAKUTO-R”は2021年に月面着陸、2023年に月面探査の2回のミッションを行う予定 右下：世界初のチタニウムケース腕時計。すべてはここからはじまった



**02**

**外見だけでなく中身も美しい女性に。**

水の雫に見立てたダイヤモンドを贅沢にあしらった時計は、砂漠に命を宿すオアシスがコンセプト。腕を動かすたびにベゼルとリングの間を大粒のダイヤモンドが揺れ動き、見ているだけで楽しくなる。一方で美しさに犠牲はいらないという思いから、コンゴ民主共和国やその周辺国における武装勢力の資金源になっていないことを確認できた材料のみを採用。廃棄電池を生まない光で発電する“エコドライブ”を搭載するなど、中身も美しいサスティナブルな時計です。

**“シチズン エル”アークリー コレクション**

世界限定3000本。ダイヤ5石/合計0.12ct。ケース径32.5mm。光発電エコドライブ、さくらカラーPVD+SSケース、サテン風合成皮革。10万円(シチズン/シチズンお客様時計相談室)



**真つすくな気持ちに寄り添う強さを秘めたスクエア コレクション。**

未来へ真つすくな思いをもって進む、女性の芯の強さや美しさを表現した角型時計。白蝶貝ダイヤルとサテン風ストラップが上品さを添える。ダイヤ24石/合計0.1ct。ケースサイズ22.4mm。光発電エコドライブ、ウォームゴールド/シルバーPVD+SSケース、サテン風合成皮革。8万5000円(シチズン/シチズンお客様時計相談室)



シチズン エル公式ブランドサイト



**躍動感あふれるデザインは2タイプのカラーでも。**

ブラックチタンシリーズのほかカラー違いで2タイプの展開もあり。ブラックチタンシリーズと同じくGPS衛星電波時計で、ダイレクトフライト、耐メタルアレルギーの特徴を備えている。右:15万円 左:16万5000円(以上シチズン/シチズンお客様時計相談室)



アテッサ公式ブランドサイト

**01**

**オン・オフ問わないからもっとアクティブになれる。**

スポーティさとエレガンスが調和した“アテッサ”アクトラインは、シーンを選ばない時計。GPS衛星電波時計なので、海外に行っても素早く正確な時刻が手に入る。また、ケースとプレスレットはブラックチタン。キズに強く驚くほど軽い。だから、まるで自分の一部のようなつけ心地が味わえて、運動はもとよりタイピングや細かな作業をするときでもストレスとは無縁。つまり、どんなときでもアクティブになれるってこと。わずかな光で発電する“エコドライブ”も頼りになる。

**“アテッサ”アクトライン**

エコドライブGPS衛星電波時計のアクトラインの中でも、こちらはブラックチタンシリーズの1本。ケース径43.5mm。光発電エコドライブ、スーパーチタニウムケース&プレス。18万円(シチズン/シチズンお客様時計相談室)

**〈シチズン〉だから信頼できる。自分だけの時間にふさわしい腕時計。**

みなさんは自分らしいと思える時計を持っていますか？ 以前はTPOに応じて時計も着替えて、なんて提案もあった。もちろん大人がTPOをわきまえるのは大事。でも一方で、まわりに合わせた時計選びをしたものの「結局自分らしい1本に出合えてなかった」ということも。それじゃちょっと残念。いまや昔ほどフオーマルと日常の垣根は高くはないし、自宅にいたって仕事とプライベートは同居しているようなもの。ならば今こそ、TPOよりも自分らしさを優先して時計を選ぶチャンスかもしれません。

そんな中、候補に挙がるのが〈シチズン〉の時計。アテッサ・アクトラインは、スマート、アクティブに、自分らしくビジネスライフを楽しむ人に向けた特別なモデル。これはまさに今どきの男性にぴったり。そして女性向けの、シチズン エルは、人や環境への思いやりに満ちた、美しいサステイナブルウォッチ。時計の裏側にある真摯な取り組みにも共感できるのでは？ もちろん、どちらも信頼の国内ブランドにして誠実に作られた時計。だから、品質の高さに安心できるうえに、満足度も高いはず。新しい日常がはじまった今、新しい自分びびったりな時計は意外と身近にありそうです。

# 新出 リアップ ツプ!



新発売

## 国内初\*、7種の有効成分配合! リアップ X5 プラスネオ

第1類医薬品

国内初\*、7種の有効成分を配合。新たに加えたスカルプバランス成分が、ミノキシジル本来の発毛効果を発揮できるよう、頭皮環境を整え発毛をサポート。5%ミノキシジルが毛母細胞を活性化し、髪を生みだします。\*ミノキシジル製剤の有効成分数として(2020年2月現在)

【効能】 壮年性脱毛症における発毛、育毛及び脱毛(抜け毛)の進行予防。【用法・用量】 成人男性(20歳以上)が、1日2回、1回1mLを脱毛している頭皮に塗布してください。大正製薬株式会社 〒170-8633 東京都豊島区高田3-24-1 ●製品についてのお問い合わせは【お客様119番室】電話03-3985-1800 受付時間8:30~21:00(土・日・祝日を除く) この医薬品は、薬剤師から説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使い下さい。

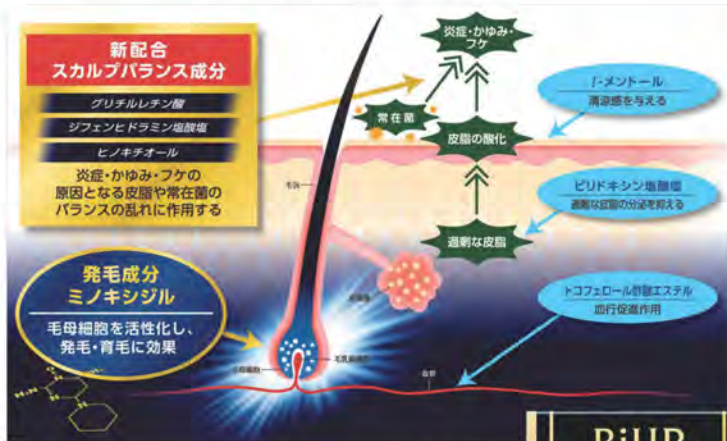


プレミアムクラブ  
会員募集中!



# 発毛効果で選ぶなら〈リアップX5プラスネオ〉。 1日2回で“強く、太く、発毛”。

なぜ〈リアップX5プラスネオ〉は  
発毛効果があるのか。



“リアップX5プラスネオ”は、発毛成分ミノキシジルを含む7種の有効成分配合の発毛剤。毛周期の短縮を改善し発毛効果があるミノキシジル、皮脂の分泌を抑制するピリドキシン塩酸塩、血行を促進するトコフェロール酢酸エステルなどの有効成分に加えて、新たにスカルブバランス成分を配合。炎症やかゆみ、フケの原因となる皮膚や常在菌のバランスの乱れに作用し、これらで頭皮環境を整え、発毛効果をサポートする仕組みとなっている。

キャップを外し、柔らかなノズルを下にして頭皮に直接当てる。3秒待つだけで1回分の1mLが抽出されるので、計量も簡単。頭皮が清潔、かつ髪が乾いた状態で1日2回塗布。7048円(リアップX5プラスネオ/大正製薬お客様119番室)

【効能】 壮年性脱毛症における発毛、育毛及び脱毛(抜け毛)の進行予防。  
【用法・用量】 成人男性(20歳以上)が、1日2回、1回1mLを脱毛している頭皮に塗布してください。この医薬品は、薬剤師から説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。■リアップX5プラスネオは第1類医薬品です。お近くの薬局・ドラッグストア※で薬剤師にご相談の上、お買い求めください。 ※第1類医薬品販売可能店舗



第1類医薬品

リアップX5プラスネオ

シャワーで洗髪しているときなどに、ふと気づいたりするものが、薄毛問題。薄毛の主原因であるAGA(壮年性脱毛症)は、毛周期の短縮により、髪が十分に育つ前に抜けはじめてしまう症状のこと。だから、この毛周期を短縮するケアで早めに手を打ちたいもの。そこでおすすめしたいのが、AGA対策の先駆的存在、リアップシリーズの最新版、リアップX5プラスネオ。その主成分は、発毛成分のミノキシジル。これは臨床データで発毛効果が実証されている成分で、毛母細胞を

活性化し、発毛効果を発揮する。また、新たに配合されたスカルブバランス成分が頭皮環境を整えることで、発毛をサポート。ミノキシジルが本来の発毛効果を発揮します。だから抜け毛の進行を予防でき、太く強い毛髪が育つ。気になる使用方もお手軽で、逆さにすると1回分の1mLがノズルに抽出され、そのまま頭皮に当てるだけ。これなら忙しい朝や帰宅後のケアも苦にならないはず。毛髪の成長には時間がかかるため、少なくとも1日2回を4カ月続けることが大切。

## 悩み 02 自分の頭皮に合った シャンプーを選びたい。

頭皮のベタつきやかゆみが気になる人は“リアップエナジー”を。自分の頭皮に合った3タイプの薬用シャンプーと、すべての頭皮タイプに使用できる薬用コンディショナー。

乾燥肌の方には      脂性肌の方には      超脂性肌の方には      うるおいケアには……



医薬部外品  
リアップエナジー  
薬用スカルブ  
シャンプー-Dry



医薬部外品  
リアップエナジー  
薬用スカルブ  
シャンプー-Oe



医薬部外品  
リアップエナジー  
薬用スカルブ  
シャンプー-StOe



医薬部外品  
リアップエナジー  
薬用スカルブ  
バックコンディショナー

皮脂や汚れを取り除き、頭皮にうるおいを与えるノンシリコン薬用シャンプー。乾燥肌、夕方になると頭皮のベタつきが気になる人のための脂性肌、朝から頭皮がベタつく人に適した超脂性肌といった3種類から選べる。ユーカリ・スペアミントに瑞々しい青りんごを加えた香りも爽やか。各3611円(以上リアップエナジー/大正製薬 お客様119番室)

※これらの商品には、ミノキシジルは配合されていません。

## あなたにピッタリな〈リアップ〉はどれ？

### 悩み 01 抜け毛が 気になりはじめたら。

気になりはじめの人は、手軽で爽快感のある“リアップジェット”からはじめるのも手。ミノキシジル1%を配合した噴射式エアゾールで、頭皮に押し当てて噴射するだけ。すっきり爽快感で抜け毛の進行予防と育毛効果を発揮する。



第1類医薬品

リアップジェット

毛細胞に栄養を補給するパントテニールエチルエーテル、皮脂の酸化を防ぐトコフェロール酢酸エステル、かゆみを抑え清涼感を与えるL-メントールも配合。押し当てて15噴射で1回使用量を塗布できる定量噴射容器。3800円(リアップジェット/大正製薬 お客様119番室)

【効能】 壮年性脱毛症における発毛、育毛及び脱毛(抜け毛)の進行予防。  
【用法・用量】 成人男性(20歳以上)が、1日2回、1回薬液1mL(15噴射)を脱毛している頭皮に噴射してください。この医薬品は、薬剤師からの説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。

YAMADA BEE FARM

Apitherapy  
cosmetics



# 40代。 男という、 肩書きで生きる。

40代。生きざまは、肌に出る。

言葉より、しぐさより、眼差しより、

背負ってきたものを語ってしまう。

考えてみれば、男の肌ほど、

ごまかせないものはない。

Mr. PROPOLIS

サバイバルな環境を生き抜く

ミツバチの知恵から生まれた

エナジー系\*スキンケア。

それは、ダメージから肌を守り

立て直す「防御力」と

肌に現代を勝ち抜く、

自信という「活力」を与える

プロポリスの2つのエナジー。

男という肩書きで生きるか、

あきらめるか。

40代が岐路になる。



**NEW**  
DEEP WASH  
＜男性用洗顔料＞  
¥1,800 (税別)

Mr. PROPOLIS  
**DEEP WASH**  
Gentle facial scrub removes  
sebum and cleanses pores  
for smooth, radiant skin.

Mr. PROPOLIS  
**ALL in ONE GEL**  
Relieves dryness and shaver irritation  
with brightening moisturizers.

**NEW**  
ALL in ONE GEL  
＜男性用ジェル状クリーム＞  
¥2,200 (税別)

**\check!**

定期初回¥980 (税別)  
キャンペーン実施



エナジー系スキンケア

Mr. PROPOLIS

ミスタープロポリス



\*うるおいを保った輝く肌のこと

# 〈山田養蜂場〉でウイルスに負けないカラダ作り。 高栄養サプリ“プロポリス300”に注目。

新しい生活様式の実践にともない、これまでとは異なる生活環境下で迎えることになる今年の夏。自宅で過ごす時間が増えるからこそ、ウイルス対策や熱中症対策など、いつもの夏以上に体調管理には気をつけたいものです。そういった意識の高まりからか、普段の食生活に加えて、今サプリメントを摂る人が増えているといわれています。

なかでも、需要が高まっているのが、国内で最大規模の養蜂業を営む〈山田養蜂場〉のサプリメント、プロポリス300。プロポリスとはミツバチが集めるハーブや樹木の新芽や樹脂などを混ぜ合わせて作った天然の防御物質。古くから様々な抗酸化物質や活性成分が発見されており、スーパーフードとしても世界中で珍重されている成分です。

プロポリス健康食品カテゴリーで、10年連続No.1を誇る。1日3球で、高品質なブラジル産バカリス由来プロポリスのエキスを254mg摂取することができる。プロポリス300 7610円(山田養蜂場)



ミツバチの恵み  
“プロポリス”の力で  
抗菌・抗酸化を可能に。



## 高機能な天然成分“プロポリス”で肌磨き。 メンズコスメ “Mr. PROPOLIS”。

プロポリスにこだわる〈山田養蜂場〉が、プロポリスエキスを配合した男性用スキンケア“ミスタープロポリス”を開発しました。ラインナップは、クリーミーな泡立ちが特徴の洗顔料と、保湿・ダメージケアを両立させたオールインワンジェル。両アイテムには高栄養・高機能成分のプロポリスエキスを贅沢に配合し、男性の肌の悩みに対応しています。しかも洗って潤すシンプルな2ステップで、紫外線や髭剃りによるダメージが蓄積しやすい男の肌をケアしてくれます。また、落ち着きのあるハーバルウッディな香りも大人仕様。スキンケアするたびに心が癒されることを実感できるはず。プロポリスエキスを配合しながらも、継続しやすい価格に抑えられていることも魅力です。

右:UVや髭剃り負けもケア。オールインワンジェル 80g 2200円 左:皮脂や汗を吸収するスクラブ・クレイでテカリオフ。ディーブウォッシュ 100g 1800円(以上ミスタープロポリス/山田養蜂場) ※今なら特別価格で販売中。

### “プロポリス300”6日分が 無料で試せます!

毎日を元気に、充実して過ごしたい。そんな人には、なによりも“健康”が必要。一方で、最近では「自分の健康を守る強さを持ちたい」と改めて思う人も増えているよう。そのどちらの人にも頼りになるのが、抗酸化作用や抗菌作用があり、体調管理に役立つ“プロポリス300”。それが今、6日分を無料で試せます。この機会に、生き生きと毎日を実感してみたいか? 下記のQRコードより是非ご覧ください。





1分でつくる

# 休息時間。

忙しいときは、大事なときだから

体の調子はしっかり整えたい。

そんな時は国産野菜たっぷりの

「野菜をMOTTOレンジカップスープ」。

あったかいスープでほっとひと息。

こころもからだも整える

そんな時間をつくりませんか。



野菜をMOTTO



More vegetables in life

野菜をもっと



モンマルシェ 株式会社

☎0120-285-530(平日 9:00~18:00)

<https://yasaiwomotto.jp/>

📷@yasai\_first



化学調味料・合成着色料・保存料不使用

リモートワークで目の疲れを感じたら  
 〈ヤーマントウキョウ ジャパン〉が強い味方に。  
 見た目の印象も気分もすっきり。

長時間のリモートワークも  
 “メディリフト アイ”があれば  
 10分ですっきりした目元に!



ハンズフリーだから、“ながらケア”ができる!

眼球のまわりにある目元の皮膚を支える“眼輪筋”と、そこから頭部に繋がる“側頭筋”の両方にアプローチしてくれる。トントンという電気信号の“リフトモード”とギュッと絞るような体感の“ストレッチモード”の2種類のEMSで心地よく目元を刺激。メディリフト アイ2万8000円(ヤーマントウキョウ ジャパン/ヤーマン)



リラックスタイム

お風呂上がりに使えば、よりリラックス。ギュッと絞るような体感の“ストレッチモード”がおすすめ。



トレーニングタイム

マスクがしなやかに顔にフィット。ウェアラブルなので、目元ケアしながらヨガやストレッチができる。



ワークタイム

目を酷使しがちなテレワーク中のケアも可能。目のまわりを温めながら4段階のEMSで目元へアプローチ。

“顔の下半分”をリフトケア※するならコレ!

目元と同じくらい、その人の印象を左右するのが、実はフェイスライン。そこで、“顔の下半分”に着目したのがウェアラブルEMS美顔器の“メディリフト”。顔につけてスイッチを入れて10分間。必要な筋肉にだけ2種類のEMSを出し合わせることで、簡単なのに効果的なリフトケア※を叶えます。2万5000円(ヤーマントウキョウ ジャパン/ヤーマン)

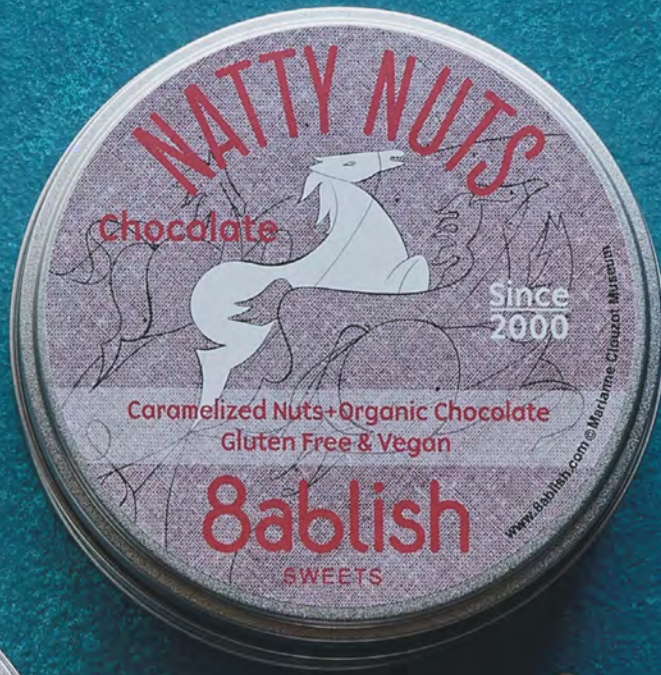


※ 機器で肌を持ち上げてケアすること

家でのリモートワークの機会が増えてきたこの頃。通勤時間がなくなって楽になったのはいいけれど、そのぶんPCに向かう時間が長くなったという人も多いのでは? それとともに気になってくるのが、目元の疲れ。溜まった目の疲れを放置すると、どんよりとした印象に……。でもここで、ミニマルなスキンケアからもう一歩進んだケアをはじめると、10年後の見た目の印象が変わるとなれば、そう、やらない手はないですね。

そこでおすすめなのが、ウェアラブルEMS美顔器の“メディリフトアイ”。こちら、様々なシーンでのながらケアが可能なのが魅力のひとつ。マスクは肌への密着性に優れたメディカルシリコンを採用しているので、ピタッとフィット感が心地よく感じます。そして、引き上げバンドで肌を持ち上げながら装着し、EMSで目元の筋肉にしっかりとアプローチ。繊細な目元に合わせて優しく、しっかりとケアしてくれます。

さらに、目元を約40℃に温めるヒーターを搭載しているので、より鮮明な印象の“目”を演出できます。リラックスしながら、しかも時短でできる本格ケアなら、ホラ、続けるのも楽しい。



SWEETS

MATSUYA GINZA NEW STORE OPEN  
August 1, 2020



〈ドクターブローナー〉は地球想いでカラダ想い。  
心地よく洗いあげる“魔法”のソープ。

その環境への優しさから、アメリカ・ゲランドキヤニオンでも使用を推奨されているという〈ドクターブローナー〉のマジックソープ。世界でエコが叫ばれるようになるずっと前の1948年から、天然由来成分100%で製造されている。主な原材料は、無農薬有機栽培で育てられたオーガニックの植物。一方、濃厚な天然洗浄成分のおかげで、少量でもしっかりとときめ細かな泡立ちを実現している。

肌のうるおいを守りながらすっきりと洗いあげることができて、敏感肌でも心地よく使える。また、顔やカラダだけでなく、水との配合を調整することで食器洗いや家の掃除など1本で10通りもの使い方ができる。いろいろと買い揃える手間も省けて、自然への影響も少なく、使用感も抜群という多機能ぶり。地球にも使う人にも優しい、まさに“魔法”のようなソープといえる。

©ネイチャーズウェイ 0120-677167  
写真=仲山宏樹



10通りの使い方

- |                           |                                   |
|---------------------------|-----------------------------------|
| 1. 洗顔                     | 7. お家の掃除                          |
| 2. ボディ                    | 8. おもちゃの手入れ<br>(ヘビーマイルドのみ)        |
| 3. シェービング                 | 9. メイクブラシの手入れ                     |
| 4. 食器洗い                   | 10. 犬用シャンプー<br>(ヘビーマイルド、ペパーミントのみ) |
| 5. 部分汚れの洗濯                |                                   |
| 6. 野菜、果物洗い<br>(ヘビーマイルドのみ) |                                   |

香りのバリエは全部で11種!



右から、ユーカリ、ペパーミント、アーモンド、サンダルウッド&ジャスミン、チェリーブロッサム、ラベンダー、ヘビーマイルド、グリーンティ、シトラスオレンジ、ティートゥリー、ローズ。237ml 各1200円(以上ドクターブローナー/ネイチャーズウェイ)



看板のペパーミントはヒンヤリな使用感で、夏のバスタイムにぴったり。946ml 4000円(ドクターブローナー/ネイチャーズウェイ)

敏感肌も安心の〈緑の森〉。  
刺激は少なく、うるおいはたっぷり。

敏感肌にとって低刺激性のコスメは必需品。でも肌に優しいぶん、どうも効果を実感しづらいものが多いのも事実。そんな、敏感肌の悩みに応える形で誕生したのが、ドクターズコスメの〈緑の森〉。皮膚の専門家の監修のもと作られたコスメたちは、デリケートな肌への影響を考えた、なるべくシンプルな作り。香料や着色料といった肌への刺激となりうる成分は可能な限り排除されている。その一方、悩みヘキ

チンと働きかけるために厳選された成分配合で、これまでの低刺激性コスメにありがちだった、なんとなく物足りない使用感を克服している。特にここで紹介するソープとシャンプーは、天然由来の高保湿成分を贅沢に配合。うるおいをしっかりと実感できる洗いあがり嬉しい。これまで、敏感肌だから、と機能の高いコスメを諦めていた人の心強い味方になってくれるはず。

石けんシャンプー

天然由来の保湿成分が、頭皮や傷んだ髪に水分や油分を与えて保護。リンスなしでも潤ったツヤのある髪へ導いてくれる。ニューコンセプトシャンプー・ソープ 210ml 1800円(緑の森/ヒューレー)



マイルドソープ

6種の天然由来成分と4種の北海道産和漢植物エキスを配合。リッチな泡が皮脂汚れを優しく洗い流し、もちもちの肌へ。フェアリーソープ 90g 2300円(緑の森/ヒューレー)



# お肌の駆け込み寺と 呼ばれて

遡ること1世紀以上、1901年。

北原美顔は生まれました。

「美容」と言う言葉の生みの親、

北原十三男がたどり着いた

「素肌が本来持つ力を引き出す」という

独自の美顔術は時代を超える、美肌の原点です。

お肌の悩みに的確に判断してきた実績で

いつかしか「お肌の駆け込み寺」と

呼ばれるようになりました。

大人ニキビやシミ・シワでお悩みの方は、

是非、「北原式冷水洗顔」をお試しください。



※「北原式冷水洗顔」とは、北原石鹸をたっぷり泡立て、円を描くように洗い、冷水で流します。(詳しくはパンフレットをご請求ください。)  
(左奥から) 北原石鹸N 1,700円(税別) 80g / 北原石鹸N+ 2,000円(税別) 80g



## 北原美顔

Since 1901

FACIAL & COSMETICS

日本化粧品株式会社 NIHON KESHOHIN CO.LTD

〒101-0021 東京都千代田区外神田2-3-6 KITAHARA ビル



北原美顔(サロン)のご予約 ☎ 0120-55-4675

定休日 / 日曜・月曜・祝日 営業時間(※曜日によって変更あり。詳しくHPで。)

北原化粧品のお問い合わせ ☎ 0120-58-4675

定休日 / 土曜・日曜・祝日 営業時間 / 9:30~18:00



kitahara-bigan.co.jp

北原化粧品のご購入や美顔術(サロン)のご紹介はホームページをご覧ください。※パンフレットをご請求いただいた方には、北原石鹸N+・北原シャンプー・コンディショナーのサンプルをプレゼント!

# 1台で何役もこなすテレビ〈LGエレクトロニクス〉が家があれば 自然とリビングにみんなが集まる。

お家時間が増えたことで、映画や動画視聴の楽しさを再認識した人も多いのではないのでしょうか。となると、こだわりのテレビの画質とサイズ感。ネット動画アプリで映画やドラマを見ると、スマホやPCでは力不足。やっぱり高精細な大画面テレビのほうが感動や興奮も間違いだし、家族が自然と集まる場所にもなります。

そこで、リビングの主役となるテレビに〈LGエレクトロニクス〉のOLED GXを選んでみてはどう？ テレビ自体が極薄なうえ、壁に隙間なく密着するように設置できる画期的な方式。だから、インテリアと調和するし、部屋を広々と使える。結果みんなも寛げるというわけ。もちろん、有機ELテレビのバイオニア的存在〈LGエレクトロニクス〉が誇る最新作なので、画質も性能もワンランク上。テレビの前から離れられなくなるかも!?



モデル名: OLED GXシリーズ  
サイズ: 65型 実勢価格 50万円前後、55型 実勢価格 35万円前後、別売り壁かけ金具"WB20GD" 実勢価格9900円前後(以上 LG / LGエレクトロニクス・ジャパン カスタマーセンター)※実勢価格は編集部調べ



## こだわり 03



好きな映画やゲームの臨場感がハンパなくすごい。

オンラインゲームやネット動画配信アプリでの映画といった、デジタルコンテンツの視聴にもうってつけな機能が満載。たとえば、ゲーム映像で発生しがちな映像ズレなどの現象を抑え、HDRゲームの持ち味でもある高解像度で美しい映像をしっかりと再現。高精細な映像と迫力満点の音響も自慢なので、映画の世界にもぐっと入りこめるはず。

## こだわり 02



スポーツなど趣味の映像が美しく鮮明でより楽しめる。

一瞬も目が離せないスポーツ観戦。こうした目まぐるしく展開する試合での速い動きも、残像感なく、スピード感あふれる映像を楽しめる。加えて、〈LGエレクトロニクス〉の有機ELテレビは、どんな映像も4Kレベルの高精細映像に変換してくれるAIプロセッサーを搭載。だから、選手の表情の変化や躍動感のある動きも鮮明に映し出してくれます。

## こだわり 01



壁にピッタリと貼りつくので生活空間が広く使える。

迫力ある映像を楽しめる大画面テレビだが、テレビ台の上に載せるスタンド設置などでは部屋のスペースが取られがち。壁かけ設置をした場合でも、取り付け金具が意外と大きく厚みもあるので、壁とテレビの間に隙間ができやすいのが玉に瑕。その点、"OLED GX"なら、ピタッと壁に密着する設置方法だから、部屋を広々と使うことができる。

## Column

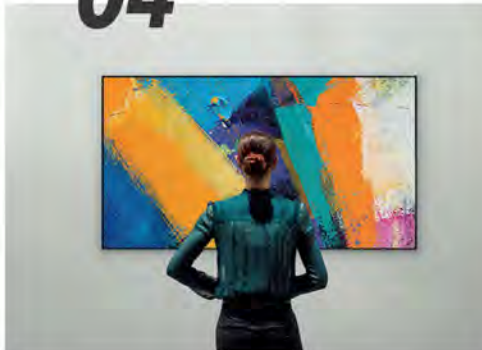
隙間なく壁にピタッとさせる秘密はこんなこだわりの仕掛けがあるから!

〈OLED GX〉の最大の魅力である壁にピタッとさせる設置方法。この秘密は、専用の取り付け金具(別売り)にあり、これがテレビ本体の中に収まる構造になっている。テレビ本体の厚みも約2cm(65インチの場合)という薄型設計。だから、すっきりとした見た目が実現。

【設置イメージ】



## こだわり 04



内蔵の"ギャラリーデザイン"でリビングが美術館のように。

壁と一体化して、額縁のように設置できる"ギャラリーデザイン"には、もう一歩踏みこんだ楽しみ方もある。それが多彩なギャラリーコンテンツ。実はこのテレビには、世界の絶景を写した写真や歴史的な名画のような多彩な作品が用意されている。これを映し出せばアート作品を飾っているような演出ができ、部屋をセンスよく見せられます。

よろこびがつなぐ世界へ

**KIRIN**



# 一番搾り

Brewed from only the first press of genuine malt for a crisp, delicious flavor.



やっぱりビールはおいしい。うれしい。



ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。お酒は楽しく適量で。  
妊娠中・授乳期の飲酒はやめましょう。

キリンビール株式会社

「おっ、イケるね。このつまみ」

『ゴクツゴクツ』

「はあ〜、やっぱり

“一番搾り”はおいしいね!」



## おいしさで人気の〈麒麟ビール〉“一番搾り”があれば いつもの家呑みがよりしあわせに。

ニューノーマルな生活スタイルにも慣れはじめ、家呑みがなんだか楽しくなってきた。そんなふうを感じている人、多いのでは？ 行きつけの飲み屋で仲間と乾杯というのも悪くないけど、ゆったり自分のペースで飲める家呑みならおいしいお酒やおつまみにとことんこだわること。この季節なら、お気に入りの銘柄のビールを冷蔵庫でキンキンに冷やしておけば、仕事終わりにブシュッと缶を開ける瞬間が楽しみとなるのでは!?

そんなこだわりの家呑みに、へ麒麟ビール。一番搾り。はどうだろう。ご存じのとおり、その名前は、麦のおいしいところだけを搾る。一番搾り。製法が由来。麦本来のうまみを感じられ、雑味のない味わいが持ち味。その人気の、一番搾り缶が、2019年過去8年で最高売り上げを達成※というのも納得のおいしさ。しかも、その仕上がりは、ビール好きが一番おいしいと思うビールをつくりたい、という醸造家の思いで誕生して以来、常に磨きがかけてきた。飲み飽きないおいしさ、という人気の秘密は、そこにあったよう。ゴクツゴクツと飲んだ瞬間に染みわたる上品な麦のうまみを味わえば、思わず「あ、しあわせ」と呟やいてしまいませんか?!

麦から最初に流れ出る一番搾り麦汁だけを贅沢に使うことで、雑味がなく、酸味や甘みが抑制された調和のとれた味わいに仕上がる。350ml缶 オープン価格(麒麟ビールお客様相談室)



ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。お酒は楽しく適量で。妊娠中・授乳期の飲酒はやめましょう。のんだあとはリサイクル。



※2012~2019年の一番搾り缶出荷実績において(麒麟ビール調べ)



# Safari *me time*

家呑みビールは“一番搾り”でしょ。

[サファリ ミータイム] VOL.01 Jul 2020



やっぱりビールは  
おいしい、うれしい。

