

これみんの インテリアセラピー

今日のテーマ **整理収納**
 具体的にかたづけ上手になるために、自分なりのルールを決めてみましょう。

●整理・収納スキル5つの鉄則

- 1 適正量をきちんと知る**
 (家の中にある物の適正量を決める)
 適正量を決めることで、整理が見えてくる(洋服、食器、雑貨)
 (例)紙袋 → 20枚もあれば充分
 情報系の物は、**どどん捨てよう**
 (例)雑誌 → 本当に必要な情報だけ残す(切り抜いて別に保存)
 時代にあった整理を考えよう
 (例)本棚 → 読まない本の5~6割はブックホール
- 2 行動動線と物を置く高さを意識する**
 (物が置きやすい高さに注目。取らかりやすい環境は選べる)
 収納の高さは、中 → 下 → 上の順番にすると身体ストレスがかからない
 (例)下駄箱の上など、手が届く範囲に物を置くかのようにする(どどんたまっていく)
 行動動線の集中する場所に着目
 (例)テーブルを壁に付けて設置すると、ついで物を積み重ねてしまい、部屋もせまく感じる
- 3 使用頻度別収納で圧倒的に使いやすい**
 物にも食べ物と同じように賞味期限があると考え
 趣味グッズ、教科書、衣類などにも賞味期限を設定。時間が経つとなんとなく興味やなくなる物や、いつか使えるかと思っただけ物でも、あらかじめ賞味期限を決めておくで捨てやすくなる
 グルーピングで無駄な行動をなくす
 複数で一つの仕事をする物を1グループとしてみる。
 グルーピングした物は、そのグループを壊さないように収納する
- 4 定位置管理で「探し物」の必要なし**
 物の位置を正確に決める
 その物に関わるすべての人が定位置をしておくこと。
 複数の人が関わる物の場合は、誰が使用しているのか一目でわかるようにする

宇佐市 ゆず料理・スイーツ コンテスト

院内のゆずは、県内生産量第一位を誇る宇佐市を代表する特産品です。皮、果汁、種などまるごと使い切ることができる優秀なゆず。美味として人気のゆずこしよは、実は大分県が発祥の地とわか。そんなゆずで地域活性化を図るため、ゆずを題材とした料理・スイーツコンテストを開催します。

テーマ **ゆず料理で築く豊かな食卓**

応募部門

- 1 ゆずごしょう料理の部**
ゆずごしょうを使用した料理(※ただし薬味としての少量使用は除く)
- 2 ゆず皮料理の部**
ゆず皮を使用した料理
- 3 お菓子・スイーツの部**
ゆずまたはゆず加工品を使用したお菓子類

応募資格

- 1 フロ・アマ不問。個人でもグループ(親子・友人など)でも可
※1人または1グループ何点でも応募できます
- 2 学生で応募の方は、必ず保護者または学校教諭などの了承を得ること
※応募の時点で了承があったものとみなします
- 3 ゆずを使用したオリジナル料理であること

応募方法

宇佐市役所農政課または各支所産業建設課にある応募用紙に、応募事項(タイトル、レシピ及び写真(イラスト可)等)を記入して郵送、持参、またはメールにてお送り下さい。
 応募用紙は市のホームページからもダウンロードできます。
 【送り先】宇佐市大字上田1030-1 宇佐市役所農政課農政係
 【メール】nousei04@city.usa.aita.jp
 【持参】宇佐市役所農政課または各支所産業建設課
 応募締め切り **11月30日(水) ※消印有効**

詳しくは宇佐市役所ホームページ(<http://www.city.usa.aita.jp/>)から「宇佐市ゆず料理・スイーツコンテスト作品募集」をご覧ください。

主催 宇佐市6次産業ネットワーク会議 ゆず商品開発チーム
 共催 宇佐市・宇佐市6次産業創造推進協議会
 問合せ 宇佐市農政課 TEL 0978-32-1111(内線402)

みんなで支え合う 健康な街づくり 講演会

「スポーツ観光を基本とした大分の地域福祉や健康作りのための医療介護をいかに健全にすすべか」という点から、現職キヤリア官像・坪田知宏氏を招いて講演会を開催いたします。

日時 **11月14日(月) 18:30~**

会場 **大分県消費生活・男女共同参画プラザ アイネス**
 大分市東春日町1-1
 TEL097-534-4034

入場料 **無料** ※ただし要電話予約

問い合わせ **株式会社みくに**
 大分市大在中央2-3-38
 TEL097-547-9150

講師 プロフィール
 観光庁 スポーツ観光推進室長兼地域競争力強化支援室長。1992年文部省入省。1999年愛知県警察本部少年課長として少年事件捜査や児童虐待防止を担当。2001年文化庁芸術文化課課長補佐。2003年文部科学省生涯学習政策局政策課課長補佐。2005年三重県教育委員会総括室長(教育次長)として主に幼稚園から高校までの学校教育を担当。2008年文部科学省科学技術・学術政策局企画官を経て現在に在る。1969年福井県生まれ。

Neco Present

セントレジャー 城島高原の入園券

ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、大分エコライフプラザ「城島高原」係まで、ご応募ください。

宛先 〒870-1205 大分市福宗618番地 大分エコライフプラザ「城島高原」係

当選発表 当選者には、入園券を郵送します

応募締切 **平成23年12月15日(木)消印有効**

※ご応募いただいた情報は、今回の城島高原のプレゼント以外の目的に使用することはありません。

(1家族4名分・約6,000円相当)を抽選で、**5家族にプレゼント!!**

フリーマーケットは 12月~2月はお休みです。
 次回は平成24年3月4日(日)です。

リサイクル家具・自転車抽選会は、12月4日に開催されます。

Event Information

講師は予約制です。人員になり次第、締め切りとなります。

土曜日に植木作り

- 12月10日(土) 来年の干支「癸」の植木作り 実費:1,000円
- 1月14日(土) 愛機のある頃の植木作り 実費:1,000円

10:00~12:00 募集人数:20人 対象:不問(お子様は保護者同伴) 講師:村上 あや 毎月第2土曜

古布のミニチュア作り

- 11月19日(土) 丸底トート
- 12月17日(土) コースターランチョンマット

9:00~12:00 募集人数:10人 実費:100円 対象:幼稚園児以上(小学校高学年以下は保護者同伴) 講師:大島 京子 毎月第3土曜

こいのぼり作り

- 11月20日(日)
- 12月18日(日)

9:00~16:30 募集人数:5人 実費:2,000円 対象:20歳以上 講師:赤井田 琢磨 毎月第3日曜

紙すき

- 11月26日(土) 紙すきクリスマス 実費:100円 募集人数:20人
- 12月24日(土) 紙すきお正月 実費:100円 募集人数:20人

10:00~12:00 対象:幼稚園児以上(小学校高学年以下は保護者同伴) 講師:赤井田 久美 毎月第4土曜

卵を使ったクリスマス作り

- 11月26日(土) 卵に浮かべるプロテックケーキ作り 実費:500円 募集人数:10人
- 12月24日(土) 麻油揚げん 実費:100円 募集人数:20人

13:30~15:30 対象:小学校高学年以上 講師:赤井田 久美 毎月第4土曜

お申し込み **大分エコライフプラザ** 〒870-1205 大分市福宗618番地 **tel097-588-1410**

Neco.press 企画・発行 NPO法人 まち・文化再生プロジェクト 〒870-0029 大分市高砂町4-20-504 tel097-540-6688 fax097-540-6687 発行人 釘宮 悠造 制作 SOFT FACTORY ※本紙掲載の記事・写真など無断で複製・複製(コピー)・転載することを禁じます。

Access MAP 大分大分医学部 附属病院 トキハ わさだタウン 大分光吉IC R442 R210 大分南署 ホワイトロード 大分市福宗環境センター リサイクルプラザ内

開業支援

企画立案 ●店のコンセプトから商品開発まで
 銀行融資資料作成 ●企画書・試算書など融資のための資料作成
 各種書類作成 ●各種手続きなどの資料作成
 ロゴ制作 ●コンセプトや店舗イメージに合わせて制作
 出店計画・マーケティング ●出店場所のセレクト・立地マーケティング調査
 店舗設計・施工 ●イメージを形にする店舗の提案・施工
 メニュー類制作 ●メニューをはじめ店内のPOPや装飾制作
 PR広報・販促計画 ●広告・パブリシティで販促提案
 税務関係 ●税金や労務関係の相談

夢をカタチに。 店舗オープンをお手伝いします。

店舗設計、不動産コーディネーター、企画プロデューサー、コピーライター、デザイナー、行政書士がアライアンスを組み、店舗づくりを応援します。

特定非営利活動法人「まち・文化再生プロジェクト」 大分市高砂町4番20号 tel.097-540-6688

Neco.press

大分エコライフプラザ 環境を楽しく考える情報誌

11 November. 2011 GET FREE

「Neco.press」は大分市より運営を民間委託されたNPO法人「まち・文化再生プロジェクト」が発行する大分エコライフプラザの機関紙です。2011年11月10日発行第16号

かがやくひと VOL.2 衛藤めぐみさん

子どもたちに伝えたい。 本本当に楽しい日本の食文化

正しい食を育成する食育コーディネーター

地域で取れたものを地域で消費する「地産地消」、地域を活性化すると共に、生産者を身近に感じたり、郷土料理など地域の食文化を見直すきっかけとなるため、食育を行う上でも重要な取り組みです。また、食の大切さ、とりわけ成長過程にある子どもに心と体を育む食の知識や、食に対する心構え、伝統的な食文化などを継承し、伝えていくのも大きな課題です。そんな様々な食に関する問題に取り組むのが「食育コーディネーター」の仕事。衛藤めぐみさんは、地元で採れた野菜中心のヘルシーメニューが味わえる農家レストランを経営する傍ら、宇佐市や大分県の食育コーディネーターとして活躍しています。

地元の食材で意外なアレンジレシピ

例えばネギ。東北エリアの肥沃な土地で育った「味一ねぎ」というブランドを、もったくさん食べてもらおうと開発したネギの粉末。衛藤さんの手にかかると、このネギの粉末を使ってシフォンやロールケーキが完成。一見、抹茶味かと思わせるきれいなグリーン色のケーキも、今までに味わったことのない、それでいてクセになっちゃう不思議な味わいに驚かされています。普通は小麦粉を使用するケーキも「お米をもっと食べてほしい」という思いから米粉を使用。ナイフを入れるかみる形がすれるほどフワフワのシフォンケーキの秘密がここにあるんです。米粉は小麦粉に比べてカロリーは少ないし、油も吸収しにくい。お腹もちもいいのでダイエット中の人にもおすすめです。作る時にダマになりにくいので重宝します」と衛藤さん、クッキーも米粉を使うとサクサク仕上がるそうです。「ドジョウ内閣」で注目のドジョウも宇佐市イオンの産物。ドジョウ鍋はもとより、から揚げやマリネのレシピを公開し、消費拡大に努めています。ドジョウはワナキと同等の栄養価があり、タンパク質やコラーゲンが豊富。骨もそのまま食べてしまいます。

日本の伝統食が下降傾向にあるのなら、新しい味覚にアレンジすれば若い世代にも受け入れられるのではないかと。特にこだわらない衛藤さんのバイオリティが、地元を中心に浸透し始めています。

日本の食文化を子どもたちに伝えたい

食育コーディネーターとして地域の特産物の消費拡大を図ることはもちろん、子どもたちに正しい食・楽しい食を教えることも、衛藤さんが力を入れていることの一つです。小学校では子どもたちと一緒に料理を行い、材料費の計算、使用するレシピやエピソードを挿入から始めたパエリアは、地元のお祭りで販売。また、農家レストランとは別に古民家を借りて、地元のお年寄りや子どもたちが気軽に集える「食育サロン」をオープン。子育てのお母さんも加わり、多くの人で賑わっています。親子料理教室、お母さんを対象とした食育講座、食を楽しむイベントなどその活動は様々で、大分県が進める子どもの食育マターの向上も、活動の中で伝えていきます。「正しい姿勢、箸の持ち方、いただきますのあいさつなど、すべて日本の文化だと思っんです。正しい食文化、そして食の大切さを教えていきたいですね」。

食料自給率やTPP、食の安全供給、生活習慣病の低年齢化など、現在の日本が抱える食の問題は多々。子どもの頃から食の大切さを学べる環境を作ること、私たちが大人の重要な役割です。幼稚園やお母さん方の集まりなどでも、食育コーディネーター・衛藤めぐみさんと一緒に考えてみませんか?

衛藤さんの住む宇佐市で 宇佐市 ゆず料理・スイーツ コンテストを開催します。詳しくは裏面に 下記をご覧ください。

PROFILE 衛藤めぐみ (えとう めぐみ) 「めぐちゃん工房」代表。栄養士、おおい食育コーディネーター、現代食研究料理家、食育サロン主催。学校での調理実習や出張料理教室、講演会などを行う。

衛藤さんの 手作りの味は、ここで! めぐちゃん工房 宇佐市院内町大坪293 0978-42-6283 ※完全予約制

2011 Autumn・Winter 巻物充実してます!

H O I L 097_513_5566

やさしい木の家具と器に出会いました。

九重の穏やかな風景の中にある、木造校舎のような工房と住居、そして庭には木のプランコ。[TODAKA WOOD STUDIO]のやさしい家具たちがまれる場所です。

工房にはダイニングテーブル、チェスト、ベンチ、そして様々なイスが並んでいます。小さいけれど大人も座れるイス、後ろや横からのつても安定感たっぷりの子ども用のイス、中には1~2歳児用という、思わず「かわいい!」と叫んでしまうものも。受注生産が基本ゆえ、そのオーダーも多様で、最近では宮崎で行われた映画祭で監督に贈呈するディレクターズチェアの依頼を受け、台本入れを備えた日向杉のイスを製作。自らも「イスが好き」というご主人の戸高晋輔さん。様々な角度から眺める、座ってみる、さわると、作り手としてもイスに魅力を感じるそうです。

デザインももちろんですが、素材によっても全く違った雰囲気を出し出すのは木ならではの、独特の色のウォールナット、堅くて白みがかかったメイプル、素朴でやわらかい杉など、使う木も様々な「家具はシーンを演出し、場のイメージを変えるため、材質選びも重要。毎日の生活を彩るものだから、普段つかいでできる、使い勝手手のいいデザインを考えています」とご主人は言います。

ご主人の作ったテーブルや棚に並べた木の器は、奥様の朋子さんの作品です。オイル仕上げで木の風合いを活かしたもの、漆を重ね塗りしたもの、色を用いたカラフルなものがあります。木の器はステキだけど、手入れがめんどくさい、すぐにダメになっちゃうし...と心配する方も多いのですが、普通の洗剤で洗うこともできるし、実は意外に実用的なんだとか。「木の器は、使い込むうちにくっとなじんできます。汚れも気にならないし、ふちがはげかかってもそれはそれで味がある。そして何よりも軽いの、子どもにとって使いやすいんです」。古くなれば塗り直すことで、長く使い続けることもできます。物を大切に使うこと、修理しながら使うことで芽生える愛着を、子供にも感じてもらえるかもしれませんね。

山の彩りが心を癒してくれる九重の秋もそろそろ終盤。ドライブがてら、やさしい家具と器に会いに行ってみませんか? 12月中旬になると、九州とは思えない積雪に見舞われるため、車の運転には十分にご注意ください。



皿 2,000円~



おわん 4,300円~



木馬 4万円



スツール 2万4,000円



テーブル 17万円~(材質5万円)



ダイニングチェア(ミドルサイズ) 4万8,000円

TODAKA WOOD STUDIO 家具と木の器

住 所 玖珠郡九重町野上4284-122
TEL 0973-77-6960
URL <http://www.oct-net.ne.jp/~t-w-s/>
※営業時間・休日は不定につき、来店前に連絡を



りんりんママの自然生活コラム

Vol.7
放射線に負けない食生活とは
RINRIN MOM

2011年3月11日は、私たち日本人にとって忘れられない日になりました。東日本大震災の深刻な被害状況はテレビや新聞でも連日報道され、遠い九州に暮らす私たちも、毎日不安と恐怖に怯え、被災者の安否を祈り、心を痛めました。そして、同じ国に住む日本人として、被災地を応援するために何かできることはないかと、義援金やボランティアなど、たくさんの方が行動を起こされたと思います。今回の震災は、まさに私たちのこれまでの価値観を大きく揺さぶる出来事になりました。

そして、今回の震災は決して人ごとではないことに、たくさんの方が気づかれたと思います。震災が引き金となった福島第一原発の事故は、未だ収束していません。原発事故は、メルトダウンからメルトスルーへと悪化の状況に向かい、大地や水や空気、食べ物を汚染し続けています。私たちは、第2のチェルノブイリとなってしまった日本の大地で生きていかなければなりません。ですが、日本には、先づから伝えられたはずらしい知恵があったのです。今こそ、日本の食生活の知恵を見直しましょう。

日本には54基の原発が存在している

海洋プレートと大陸プレートの境界に位置する日本列島は、世界に類を見ない地震国です。この小さな島国に、54基もの原子力発電所がつけられています。九州には佐賀県の玄海原発と、鹿児島県の川内原発が存在し、さらに大分からは海を隔てて60kmしか離れていない四国愛媛県には、伊方原発が稼働しています。もとも日本の原発は、ウランを燃やすことを前提に設計されました。ですが、ウラン用に設計された原子炉で、ウランにプルトニウムを混合した「MOX燃料」を燃やして「プルサーマル発電」が推し進められています。プルサーマル発電は石油ストーブにガソリンを混ぜるようなもので、さらに危険度が上がります。事故を起こした福島第一原発の3号機もプルサーマル発電をしていました。大分からは玄海原発3号機と伊方原発3号機もプルサーマル発電をしています。世界的に見ても、原発は地震が頻発する地域を避けて建てられていますが、地震国の日本では避けられる場所はありません。今回はたまたま福島原発で事故が起こりましたが、日本全国どこで地震が起きてもおかしくないのが現状なのです。

放射線の影響は

ウランを燃やせば、必ず「死の灰」ができます。福島第一原発が保有していた核燃料はチェルノブイリの10倍と言われています。原発が生み出す人工の放射性物質は体内に蓄積しやすいので、食物連鎖により生体濃縮されます。体内に放射性物質が取り込まれると、様々な部分に蓄積し、放射線を出し続けて、細胞を破壊します。ヨウ素131は甲状腺がんの原因に、プルトニウム239は肺がんの原因に、ストロンチウム90はカルシウムと同じ挙動をとるので、人体はカルシウムと勘違いして骨に蓄積し、白血病を起こします。また、コバルト60は肝臓がんの原因に、広島型(ウラン)原子炉爆発の168発分が放出されたと言われているセシウム137は筋肉や生体組織に蓄積し、ガンや遺伝子障害の原因になると言われています。不好や流産を引き起こし、ホルモン障害を起こしたり、赤ちゃんと奇形を起こす可能性もあります。実際に、原発の近くでは、奇形の花や巨大魚が発見されたり、アメリカのスリーマイル島の原発事故の時も、奇形の花や巨大クワガタが発見されたことがあります。しかも、大量に放出されたこれらの放射性物質の半減期(半分の量になるのにかかる期間)は、ヨウ素素なら80日ですが、セシウムなら30年、プルトニウムでは274年とわれわれの気の遠くなるような期間が必要なのです。

特に怖いのは体内で蓄積され、放射性物質を口や鼻から吸い込んだり、放射性物質に汚染された食品が体内に取り込まれると、身体の中で放射線を出し続けます。つまり、24時間体内で被曝する状態になってしまうのです。

放射線に負けない食生活の知恵

被爆症によって命を落としたりしたことを、私は歴史の中で学んでいます。この病院の院長だった秋月先生は、[玄米と味噌を摂取していた医師スタッフの間に原爆症の症状がなかった]という事例を記録として残しています。まさにマクロビोटニック食が被爆症から命を救ってくれたのです。玄米はビタミン、ミネラル、フィテン酸などが豊富にあり、味噌も栄養豊富なことはもちろん、「毎日味噌汁を飲む人は腎臓がんにならない」とも言われ、活性酸素を抑える働きがあります。また、秋月先生の指導で主に味噌汁にしていたワカメは、すでにヨウ素が含まれているので放射性ヨウ素の吸入を減らす(数万~百万倍と言われています)。なので、これからの時代は動物性食品をなるべく減らし、生物ドラミドの一番下にある植物性の食べ物を中心とした食生活が、放射線から身を守るために必要不可欠なものです。これは、まさにマクロビोटニックの食生活なのです。まずは出来ることから取り組みましょう。玄米が無理な方でも、なるべく精製度の低い分づき米を中心に雑穀を混ぜて炊き、ごま塩をふりかけて食べてみてください。お味噌汁を毎日かき足す飲むことは、夏は塩分控えめに、冬は冷たい飲み物には注意してください。薬効がある味噌とは、本物の伝統製法に限ります。また、味噌の他にも梅干や納豆などの発酵食品は腸を守ってくれますから、積極的にとらうとしましょう。そして、白砂糖や動物性食品をできるだけ減らすことが、これからの時代を生き抜く食生活の知恵なのです。

原発に頼らない生活と自然エネルギーの推進

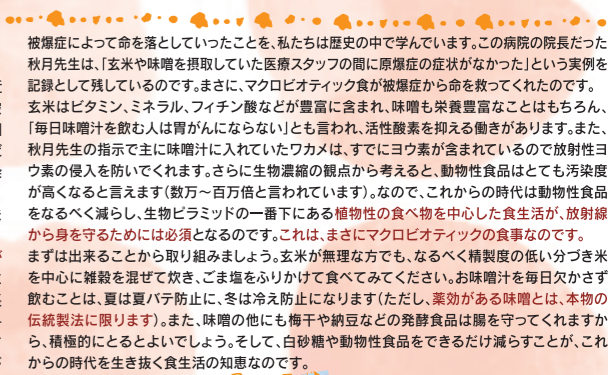
食生活を正して身を守ると同時に、原発に頼らない生活の実現を目指して1人1人ができることをやってみませんか。後先を考えずにこんな危険な原発をたくさん作ってしまった日本ですが、過去を悔やんでも未来は変わりません。原発について、私たちはあまりにも知らなすぎました。原発についての正しい知識をのけるのと同時に、節電などできることから取り組みましょう。現在、主力となっている火力発電についても化石燃料を使う点では同じです。太陽光発電や風力発電、水力発電など、自然エネルギーを利用した再生可能なエネルギーについて知る必要があります。かつての日本は太陽光発電の技術では世界をリードしていましたが、原子力があつてしまったために遅れをとっていました。さらに、日本ではひとつの会社からしか電気を買うことは出来ず、電力会社は独占企業になっていますが、他の先進国では消費者が電力会社を選んだり、発電源を選んだり(自然エネルギーで発電した電気だけを買う)が出来たり、各家庭で最大使用電力を設定できるような国もあるのです。また、季節のものを食べることで、その環境に適した体を作ることが出来ますので、夏は夏に出来るものをいただくことで夏バテを強くなり、冬は冬に出来るものをいただくことで寒さに強くなれます。食生活の改善は、冷暖房費の節約にもつながるので、第2のフクシマをつくらないためにも、持続可能な社会を目指して、私たち1人1人ができることを、みんなでやってみませんか。子どもたち、孫たちの未来のために。

PROFILE 甲斐 利恵 (かい りえ)

自然に学ぶ母の会Green*Mom、地球にやさしい母の教室Green*Kitchen代表 マクロビोटニックインストラクター、正食協会指導員、食育指導士

地球にやさしい母の教室Green*Kitchen http://www.ctb.ne.jp/~green_mom/ マクロビोटニック料理・スイーツ・自然生活・手当てセラクス、自然食ランチ会を開催中!

「我が家では、毎年、1年分のお味噌を手作りします。味噌作り教室もやっています!」
▶やっぱり日本人は和食です。
●原発について知るためのオススメ文献
「まだ、まにあうのなら私の書きたいちばん長い手紙」 [原発のウソ]



ボア

人生が一瞬で変わる日

大きく分かつ「大分」から、癒しと元気を全国へ
てんつくマン & 尾崎里美ねえんの、世界初!! 爆笑公開ワークショップで、大感動の人生に気付いて、今ここから全てに恋するワクワクの世界に生きよう!!

tentsuku-man ozaki satomi lightworker tsuyoshi

special guest ジャンベ奏者

日時 2012年1月22日(日)
開場12:00/開演13:00
場所 iichiko総合文化センター「グランシアタ」
一般前売り5,000円(当日6,000円)
学生前売り3,000円(当日4,000円)
※小学生以下は入場不可
(託児所ご希望の方は事前にお知らせ下さい)
チケットは、ゆうちょ銀行振込または「プレイガイド」にて
郵便 記号番号 / 17280-363771 名称 / 狩生八重 teamドリサボ
現金振替 店名 / 七二八(ナナニハチ) 普通預金 口座番号 363771 (振込手数料はご負担下さい。尚、通信振込にお名前・希望枚数・チケット送付先住所・電話番号を必ず明記して下さい)
問い合わせ teamどりさぼ122 090-8356-1978 (狩生) 詳しくは http://doriso122.sakura.ne.jp

クオリアフィール キャンペーン

11/1 TUE ~ 11/30 WED まで

通常料金3,200円 ⇒ **2,700円** (税込)
さらに ホームケア 2,625円 ⇒ **2,100円** (税込) 1,025円お得!

年末コタ商品 キャンペーン

11/1 TUE ~ 12/30 FRI

恒例の年末コタ商品キャンペーンはjoie-hairが自信を持ってオススメしているCOTA商品キャンペーン価格です!!

No.1 人気ランキング連続ナンバー1

Joie hair

joie-hairを初めてご利用のおお客様には **お得なプラン**をご用意しております。詳しくはスタッフまで

大分店 OZAI 大分市庄尾130番地 ☎0120-373-998

鶴崎店 TSURUSAKI 大分市西鶴崎2丁目80番 ☎0120-373-302