

SKIP

人と人をつないで
女性を応援する情報誌
おかげさまで
創刊22年

[月刊] スキップ
ing-Magazine
FUKUOKA

2019
July 7

SKIP

7
2019
JULY

第269号

2019年6月22日発行 発行所(有)パットコーポレーション

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴3-1-24 編集部 ☎092(714)3937

福岡に友達が来たらどこに行く? その5

ようこそ福岡! 近場の温泉に行こう!

夏の暑さ&紫外線に負けない!

おすすめの対策アイテム



人気店の 美味しい夏メニュー

スパイスで夏の暑さを乗り切る!

いつもの食べ物にちょっと加えるだけ 健康と美容を手に入れる時短レシピ!

vol.14 NPO法人 マザーループの
誕生物語

SKIPファッション 倶楽部通販

地元人気
タレント

不動たけるのイケメンコラム

たけちゃんねる



Webオリジナルのコンテンツやお役立ち情報、続々配信!

SKIPスタッフの 「日常コラム」

SKIPスタッフが日々感じたことや体験したことなどを、思うままに自由に綴ります。



犬や猫の病気のこともわかる 「マザーループ便り」

たくさんの犬や猫と関わってきたSKIP編集部だからこそ知っていることがいっぱい。



スキンケア、ダイエットなど 「美容&健康コラム」

おすすめコスメ、UVケア、体幹トレーニング...美容ライター監修の今すぐ役立つ記事が満載!



女性を応援する総合サイト

SKIP編集部が作るwebマガジン

配信中!

情報として役立つ!
読み物として面白い♪

SKIP.fun

スマホやPCで読めます



<https://skip.fun/>



SNSもフォローしてね♪



みんなのクチコミ情報 「スキコミ」

SKIPスタッフや読者のみなさんの、いろんなジャンルの「コレいいよ」を紹介します。



ニューオープンのお店や飲食店など 「街の話題・グルメ情報」

お出かけや食事のお店選びに役立ちます。おすすめカフェやパン屋さん、スイーツもご紹介♪



Webマガジン完成記念 スペシャルプレゼント

SKIPが運営するセレクトショップ「SKIPファッション倶楽部」から、厳選したプレゼント♪



詳細はwebサイトでご覧ください。

今月の動物たち

いがみ合う太陽とチャーリー。散歩から帰って目が合うと牙をむき出しにして威嚇しあう。何故なのか分からないが相性が悪いのです。どちらがとことなくどちらも嫌いらしいです。普段は可愛い顔なのに鬼の形相になります。仲良きこよう、お二人さん。



C O N T E N T S

30 26 24 22 20 18 16 14 12 7 6 4

- 30 SKIPPファッション倶楽部通販
- 26 気になるSHOPからNEWアイテム、おすすめ情報まで
今月のアラカルト
- 24 気分転換小旅行 拡大版
- 22 人気店の美味しい夏メニュー & ショコラス
- 20 不動たけるの月刊 たけちゃんねる
- 18 夏の暑さ&紫外線に負けない！おすすめの対策アイテム
- 16 マザールーフ便り
- 14 スパイスで夏の暑さを乗り切る！
- 12 福岡に友達が出来たらどっどこに行く？
よつこそ福岡！近場の温泉に行こう！
- 7 NPO法人マザールーフの誕生物語
vol.14
- 6 編集スタッフによるSKIP誌上Blog
- 4 SKIP情報ラインナップ & SKIPプレゼント
- 30 マザールーフより「里親募集！」

◆次号「月刊スキップ」8月号は令和元年7月20日発行予定です。本誌掲載の写真・記事の無断転載および複写を禁じます。

編集長 原田のコンテンツエッセイ

徒然ぐせ

vol.201

今月は引越して大変でした。新しい環境に動物たちが慣れるには時間が必要です。引越準備が始まると、犬や猫がソワソワし始めチャーリーは興奮し始めていました。こんな時はキレやすく、手を出したりすると噛んでくることもあるので要注意なのです。引越しが始まる前からみんな犬や猫がバスに入っているのです。

こんな調子では、新しく引越したらどうなるのか？とみんな心配していました。心配したとおり、下痢や嘔吐をする子が続出です。猫も犬も結構気が小さいのです。人間が忙しそうに、いつもと違う行動をすると、危険を察知する能力が働くようです。私たちは引越して大変なのに、動物たちの世話も倍以上大変になってきました。嘔吐の後始末に下痢の世話などetcです。

それに、引越し先は今までの半分くらいの広さなのです。荷物も随分捨てましたが、動物のものは必要なのが多いので場所をとります。人間は、最小限のものを置くようにしてほとんど捨てたら、必要な資料まで捨てたと嘆くスタッフが続出です。

今まで犬や猫たちは広い部屋でゆったりと生活していまし

たが今回は、人間の間に犬が二匹ずついるという配置です。人間と犬の共同生活です。

私の部屋にはフリーの猫と犬が同居することになりました。もちろん、猫のはちみつ親子もゲージに入らず同居です。はちみつ親子は、夜になると出せ出せコールが始まり大きな声で鳴きだします。いつにならこの環境に慣れてくれるのかと思っています。

でも、できればあと二部屋が欲しいのです。アース、ソックス、チャーリーが人が通るたびに大きな声で鳴きだし、それにつられた他の犬たちも鳴きだし大合唱が始まるのです。

こんなことでは、他の会社の皆さんにご迷惑が掛かって申し訳ないと思縮なのです。この改善のためにも、あと二部屋欲しいのです。もつと広い部屋が欲しいな〜と犬と人間が思っています。

●タイトル「徒然ぐせ」とは…かの有名な『徒然草』をもじったものである。のエッセイにあたり編集長のクセをタイトルにすることになった。小誌編集長は犬も猫も大好きである。特に捨てられていた犬猫を見つけた会社に入ってきては保護する、つまり連れてくるクセがある。今までは、今までは、保護された犬猫は、すべて心やさしい里親に育てられていることは追記しておく。

300万人以上に愛されている青汁



緑効青汁は青汁専門会社が「おいしさ」と「栄養価」にこだわり抜いた青汁です。

おいしい青汁

緑効青汁



1箱 3.5g×90袋入 税込 9,980円 ※送料 400円

●お電話でのお問い合わせは【通話料無料】

●WEBでのお問い合わせは

0120-003-003 毎日(365日) 受付9:00~20:00

アサヒ緑健



アサヒ緑健のいろんな情報を随時アップしていますので右記のSNSよりご覧ください！



おいしい青汁カフェ『33CAFÉ GREEN』!



緑効青汁を使用したドリンク&スイーツをお楽しみいただけます。もちろん、本格的なコーヒーやカフェラテ、紅茶もご用意しています。カフェの隣には青汁商品をお買い求めいただける直営店もあります。お近くにお越しの際は、是非お立ち寄りください。



33 CAFÉ GREEN
Coffee & Sweets & Ajiru

営業時間 平日 8:00~19:30 | 土日祝 10:00~19:00 | Phone 092-482-0033 | https://33cafe.green/



お洒落を楽しんで心を元気にしよう! 女性にとってお洒落心を忘れないことは大切なこと。

SKIPファッション倶楽部通販

クロコダイルの型押しレザーが揃いました! 軽くしっかりした上質の本革なのでオンタイムで使えます。

型押しクロコケリータイプ **24cm**



45,360円
 サイズ(約): 横幅24~27cm × 高さ21cm × マチ12cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

型押しクロコタイプ ホワイト **24cm**



51,840円
 サイズ(約): 横幅24cm × 高さ16cm × マチ16cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

型押しクロコタイプ オレンジ **30cm**



62,640円
56,160円
 サイズ(約): 横幅30cm × 高さ21cm × マチ16cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

型押しグレー 横長トートバッグ **35cm**



49,680円
 サイズ(約): 横幅35cm × 高さ24cm × マチ16cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

型押しグレー ポストンバッグ **30cm**



54,000円
 サイズ(約): 横幅30cm × 高さ26cm × マチ13cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

型押しクロコバッグ **35cm**



62,640円
 サイズ(約): 横幅35cm × 高さ27cm × マチ11cm
 素材・付属: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー付のバーキンタイプ 鍵部分、フロントのアレンジにスワロフスキーを施したラグジュアリー仕様。

スワロフスキー スマイルキャメル **25cm**



41,000円
 サイズ(約): 横幅25cm × 高さ18cm × マチ12cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー スマイルホワイト **25cm**



41,000円
 サイズ(約): 横幅25cm × 高さ18cm × マチ12cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー スマイルAピンク **25cm**



56,160円
 サイズ(約): 横幅25cm × 高さ17cm × マチ11.5cm
 素材: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー デコグレージュ **25cm**



70,200円
 サイズ(約): 横幅25cm × 高さ18cm × マチ13cm
 素材: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー スマイルブラック **30cm**



72,360円
 サイズ(約): 横幅30cm × 高さ22cm × マチ15cm
 素材: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー クレイジーナンバー **30cm**



89,000円
 サイズ(約): 横幅28cm × 高さ22cm × マチ14cm
 素材: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

ファッションは自分を素敵にする最大のアイテムです。

もっと素敵な自分をつくるためのお手伝いをSKIPファッション倶楽部はしていきます。ぜひ誌面の通販やオンラインショップで、あなたの素敵をお手伝いするファッションアイテムを選んでください。



購入方法 ※セール品につき返品はご容赦ください。



オンラインショップと49+のサイトから購入できます。

<https://skipshop.thebase.in>
<http://www.49plus.shop/shopbrand/clothes/>

詳細はお問合せください。 ☎ **092-714-3937**
 ※価格は全て税込 ※別途送料がかかります。

個性的なバイカラーがファッションの幅を広げてくれます。

バイカラー ブルー×オレンジ **30cm**



50,760円
 サイズ(約): 横幅30cm × 高さ22cm × マチ15.5cm
 素材・付属: 本革・ショルダー付 ※内部にオープンファスナー付き

バイカラー スワロフスキー ベージュ×ピンク ブラック×ピンク **30cm**



各54,000円
 サイズ(約): 横幅30cm × 高さ22cm × マチ15.5cm
 素材・付属: 本革 ※内部にオープンファスナー付き

スワロフスキー リボンバッグ横長タイプ



各12,960円
 サイズ(約): 横幅31cm × 高さ22cm × マチ15cm
 素材・付属: 合皮・ショルダー付



各12,960円
 サイズ(約): 横幅26cm × 高さ22cm × マチ15cm
 素材・付属: 合皮・ショルダー付

正方形タイプ

スワロフスキー デコ リボンバッグ 横長タイプ No5.キャット



各16,200円
 サイズ(約): 横幅31cm × 高さ22cm × マチ15cm
 素材・付属: 合皮・ショルダー付



ガーデンタイプ ミニ



各11,880円
 サイズ(約): 横幅24cm × 高さ16cm × マチ12cm
 素材・付属: 合皮・ショルダー付き ※ファスナー付きポケット有り



ベーシックなデザインで、冠婚葬祭にもピッタリ。



たっぷりサイズなので使い勝手が良いです。
キルティングハンドバッグ

各18,000円
 サイズ(約): 横幅25cm × 高さ19cm × マチ12cm
 素材・付属: 合皮・ショルダー付き ※内部にオープンファスナー付き



自分へのご褒美や、お友達、ご家族へのプレゼントにいかがですか?

本革スワロフスキー 長財布



各30,240円
 サイズ(約): 横幅20cm × 高さ11.5cm × マチ2cm
 ブルーサイズ(約): 横幅19.5cm × 高さ12.5cm × マチ2cm
 素材: 本革

フラワー デコバッグ

各9,180円
 サイズ(約): 横幅16cm × 高さ11cm × マチ5cm
 素材: 合皮エナメルタイプ



デコ ウォレット

8,424円
 サイズ(約): 横幅19cm × 高さ10cm × マチ1.5cm
 素材: 合皮



デコスワロフスキー カード&コインケース

5,184円
 サイズ(約): 横幅12cm × 高さ8.5cm × マチ2.5cm



デコスワロフスキー カードケース

5,292円
 サイズ(約): 横幅11cm × 高さ8cm × マチ1.5cm





新鮮な野菜や果実を使ったローカルコラボメニューや お得なピア&サマープランが新登場!

「ローカルハーベスト プuffe」

※すべて税込
100種類以上のメニューから、
時間ごとに常時50種類以上をご用意。

■料金：モーニング / 1,800円

ランチ / 平日1,900円 土日祝2,400円(土日祝90分)

ディナー / 平日2,800円 土日祝3,300円(常時120分)

※フリードリンク 1,700円(+100円でクラフトビール)

※詳細はHPでご確認下さい。http://localharvest.jp



「オリエンタルホテル福岡博多ステーション」(旧:ホテルセントラザ博多)の地下2階に、4/9にオープンしたbuffetダイニング「ローカルハーベスト」。肉・魚料理だけでなく、スイーツやソースに至るまで、できる限り手作りにこだわり、「buffe=食べ過ぎる」ではなく「カラダが欲するものをカラダが喜ぶ分だけ」というポジティブな感覚が、ヘルシー志向の人たちにも好評です。6/1からは野菜や果実をふんだんに使用したローカルコラボメニューが加わり、ますます充実。地下鉄「博多駅」直結の便利な立地なので、雨の日でもピアガーデンとして楽しめますよ。



「ローカルハーベスト ピア&サマープラン」※すべて税込

60種類以上のフード、30種類以上のドリンクが、
120分食べ飲み放題!

■期間:9月30日(月)まで ■時間:17:00~22:00

■料金:大人(中学生以上)4,500円 シニア(65歳以上)4,200円
小学生2,100円 4~6歳1,200円

<お得プラン>

●月~木曜 女子割 3,700円

●毎日 早割(17:00~19:00)3,900円

●日曜限定 国産和牛Day

<お得な前売り券発売中> 通常4,500円→4,200円

※詳しくはお問合せ下さい。



LOCAL HARVEST(ローカルハーベスト)

福岡市博多区博多駅中央街4-23 オリエンタルホテル福岡 博多ステーション地下2階 tel 092-477-1700
(営)モーニング7:00~10:00 ランチ11:00~15:00 カフェ15:00~17:30 ディナー17:30~22:00

Ivorishファン&パンマニアに捧ぐ♪ ブリオッシュフレンチトースト&夏メニューがスタート!

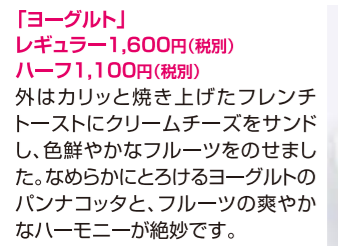


「ブリオッシュフレンチ」

ワンサイズ1,100円(税別)

ブリオッシュパン本来の味が楽しめるシンプルなフレンチトースト。トッピングは洋酒が香るラムレーズンバター、カリカリとした食感のメープルバターの2種類から選べます。

6周年を迎えるフレンチトースト専門店「Ivorish」は、6/1より夏限定品を含む新メニューをスタート。新たにパン職人と作り上げたブリオッシュパンで作る、リッチな味わいの新フレンチトーストは必見・必食! また、6周年を記念して、スペシャル感溢れるフレンチトーストも登場しています。



「アボカドサルサバーガー」

1,600円(税別)

スタンダードパンのフレンチトーストでハンバーガーを作りました。ボリュームなハンバーグとアボカド、ピリ辛のサルサソースが食欲をそそります。たっぷりのポテトも嬉しい一皿です。



「6th アニバーサリースペシャル」

2,600円(税別)

■販売期間:7月20日(土)まで
Ivorishのフレンチトーストにフロスティングクリームとラズベリーをサンドし、迫力ある4段重ねに! たっぴりしぼったクリームの中には冷たいジャージーアイスが隠れていて、サプライズを楽しめます。ストロベリーソース、ミルクキャラメルソース、マンゴーパッションソースの3種のソースとベリーで飾った、アニバーサリーにふさわしいフレンチトーストです。

Ivorish 福岡本店(アイポリッシュ)

福岡市中央区大名2-1-44 tel 092-791-2295
(営)10:00~22:00(L.O.21:00)(休)第1、第3火曜(祝・祭日の場合は営業)

気分転換 小旅行

拡大版

人気店の美味しい夏メニュー&ジュリクス

- new open
- information
- renewal

今月のアラカルト

今月のあれやこれやの楽しい情報をお届けします。気になるお店やアイテム等々、チェックしてね!

不動産

女性に優しい不動産相談窓口。 あなたの買いたい!売りたい!に応えます!



不動産の売買を検討しているけど、初めてなのでどうしたらいいかわからない方や、信頼できる不動産会社を探している方。SKIP編集部が運営する不動産相談窓口「エステート エイチ」にお話してみませんか。知識と経験を積んだ不動産のプロとの連携で、物件探しなどのサポートを行います。家、マンション、アパート、ビル、土地など、買いたい方も売りたい方も、どちらもOKです。女性ひとりだから不動産屋に行きにくい...という方にもおすすめです。

エステート エイチ (パットコーポレーション内)

☎092-752-4305

福岡市中央区舞鶴3-1-24
(営)10:00~19:00 (休)不定休

石鹸

美肌キープには保湿が大切!保湿力抜群で デリケート肌やアレルギー肌にもおすすめ!



無添加で肌に負担になる成分を使用していないため、敏感肌やアレルギー肌で悩んでいる方に特におすすめのスリーパワー石鹸。DHA(不飽和脂肪酸)を0.1%含有しているため、洗浄力もあながら保湿力抜群で、アトピー肌の方にもお使いいただけます。



7月末日まで
2個以上ご購入で、
1個3,620円→**2,300円**(税別)
さらに!! 今だけ送料・代引き手数料も無料

ナチュラルプライム

☎092-716-9215

FAX 092-715-8490

(24時間受付)

(受)10:00~19:00 (休)日、祝日(土曜休有)

●お支払いは代金引換、または電話予約後、ご来店頂いても結構です。商品はお申し込み受付後、1週間以内でお届け致します。
※返品は8日以内、未開封に限ります。(返送料はお客様ご負担)

書籍販売

ノラ猫を見捨てないで! たいちゃんの心の声を綴った本。 お子さんやお孫さんへの贈り物にもおすすめです。

不幸なノラ猫やノラ犬を一匹でも多くなくしたい。そんな作者の想いが一冊の本になりました。ノラ時代とは大違いの幸せな毎日への感謝の気持ちや、一度も幸せを知らないまま死んでいく仲間を思う気持ちなど、熊本弁で綴られる「たいすけ」の心の声。読み進むにつれ涙が溢れてしまいますが、最後は温かな感動に包まれます。動物が好きの方もそうでない方も、ぜひ読んでみてください。何かを考えたり行動するきっかけになるかもしれません。お問い合わせ・ご購入はSKIP編集部まで。

●Amazon(amazon.co.jp) ※電子書籍

こちらでも
購入できます!

雑種の雑種の雑種のたいちゃん

柚木めい 作 1,500円

みなさん、ノラ猫やノラ犬を見捨てないでほしいです。追い立てたりせず、優しく接してください。一度も幸せを知らないまま人生終わるなんて悲しみます。

オシが失明してから、おあきさんは居間のソファで寝るようになったと...毎晩オシを抱いて、野良だったオシが「おは」と呼んで遊んでしまったり、おまりにかわいそうだからって...



SKIP編集部

☎092-714-3937

月刊SKIP 検索

(story)ノラ猫「たいすけ」は、車に撥ねられ大ケガをしたところを保護され、縁あって著者の家で暮らすことに。家族みんなに可愛がられ、幸せな毎日を送っていました。が、やがて猫エイズを発症し闘病の日々が始まります...

タピオカミルクティー発祥の台湾カフェ「春水堂」の夏季限定ドリンク&フード



マンゴーをリッチに使用した日本春水堂の限定ドリンクが今年も登場!

(左)「タピオカマンゴーミルクティー」702円(税込)

濃厚なマンゴーを贅沢に使用して、ジャスミンティーとミルクにブレンドし、たっぷりのクリームとマンゴーソースをトッピング。マンゴーの甘酸っぱさとジャスミンミルクティーのまろやかなハーモニー、もちもちのタピオカのリッチな食感が楽しめます。

(右)「愛玉(アイユイ)マンゴージャスミンティー」594円(税込)

さわやかなジャスミンティーとマンゴーのまろやかさに、ジャスミンベースの愛玉ゼリーが加わりました。生絞りレモンをかけて仕上げた、暑い日にはぴったりの爽快な飲み心地です。

春水堂のドリンクは、無添加・香料不使用。作ることができるのは、認定を受けた「お茶マイスター」のみです。香り高いお茶ともちもちのタピオカのハーモニーが絶妙な「タピオカミルクティー」の他、鉄観音ラテやタピオカ抹茶ミルクなど30種類以上のお茶ドリンク、台湾スイーツの「豆花(トウファ)」、台湾ヌードル、点心などのメニューが揃っています。



サラダ感覚で美味しい!夏野菜たっぷりの「涼麺(リャンメン)」

(左)「温玉豆乳チーズ涼麺」918円(税込)

マイルドな豆乳とチーズのkokが効いたソースに、特製の肉味噌や半熟卵をからめながらいただきます。味の変化も楽しい涼麺です。

(右)「夏野菜とシラスの涼麺」864円(税込)

鶏のうま味が詰まったあっさり鶏白湯スープに、彩り豊かな夏野菜のトマトやオクラ、カイワレなどを贅沢に寄せたサラダ感覚で食べられる涼麺です。

春水堂 天神地下街店

福岡市中央区天神2丁目地下1号(天神地下街西6番街)
tel 092-753-7272 (営)10:00~22:00

シュークリーム専門店「クロッカンシュー ザクザク」から、初夏にぴったりのほんのりビターなフレーバーが新登場!



「コーヒーザク」1個 320円(税込)

■販売期間: 6月30日(日)まで
イタリア・イリー社がオリジナルブレンドした濃厚なコーヒーエキスと、細かく挽いたエチオピア産のコーヒー豆をきめ細やかなカスタードクリームに練り込んだ、香り高いコーヒーカスタードクリームをたっぷり入れた新商品。生地の上には、ホワイトチョコレートとコーヒーエキスをミックスしたコーヒーチョコレートソースをトッピングし、アーモンドクランチのザクザク感にマッチした食感と味わいを楽しめます。

クロッカンシュー ザクザク

福岡市中央区天神2丁目地下1号(天神地下街 東7番街)
tel 092-406-5715 (営)9:00~21:00

焼きたてチーズタルト専門店「BAKE CHEESE TART」から、ギリシャヨーグルトとオレンジピールを使用したフレーバーが初登場!



「オレンジヨーグルトチーズタルト」1個 280円(税込)

■販売期間: 6月30日(日)まで
濃厚でなめらかな舌触りのギリシャヨーグルトと、程よい酸味のサワークリーム、爽やかな香りのオレンジピールをチーズムースの中に練り込んだ、爽やかさとクリーミーさを存分に味わうことができます。ムースの上にもオレンジピールをトッピングし、ほんのりわずかな苦みがアクセントになっています。

BAKE CHEESE TART(バイク チーズタルト)

福岡市中央区天神2丁目地下2号(天神地下街 東4番街)
tel 092-791-1383 (営)9:00~21:00

夏はやっぱり冷たいソフトクリームが食べたい! 33カフェにしかない極上の青汁ソフトクリームをぜひ。

新メニュー

全国で唯一、緑効青汁をベースにしたヘルシーなメニューが楽しめる「33カフェグリーン」。今の時期は青汁ソフトクリームが大人気!抹茶風味の緑効青汁が爽やかでkokのある風味を際立たせ、ボリュームたっぷりに楽しめます。定番の3種類に加え、この夏はなんと、「青汁ソフトクリームぜんざい」が新登場!カフェはゆったりできて居心地も抜群!暑い日はソフトクリームでクールダウンしてみては?



青汁ソフトクリームぜんざい 450円

ソフトクリームともっちりとした白玉。十勝産大豆のあずき感たっぷりなぜんざいにとてもよく合います♡後にひかない甘さとkokは、くせになる美味しさ。これ、かなりクオリティ高いです。

- 青汁ソフトクリーム カップ 400円
- 青汁ソフトクリーム コーン 400円
- 青汁ソフトクリーム コロネ 400円

抹茶風味の緑効青汁を使ったkokのあるソフトクリーム。まろやかな口当たりと甘味で、夏の疲れも忘れそうなる満足度の高いスイーツです。

※表示価格は全て税別

33 CAFÉ GREEN(サンサンカフェグリーン)

福岡市博多区博多駅東3-5-15 アサヒ緑健ビル1F
tel 092-482-0033 ※JR博多駅築紫口徒歩約7分
(営)平日8:00~19:30 土日祝10:00~19:00
<https://33cafe.green/>



緑効青汁を使った各種ドリンクやスイーツなどオリジナルメニューの他、コーヒーや紅茶などの定番メニューも揃っています。



青汁専門会社アサヒ緑健がオープンしたカフェ。開放的で明るい店内、大きな窓からは中比恵公園の緑が望めます。



毎年好評の「夏の北海道フェア」が今年も開催! ズワイガニをはじめ、北海道グルメが食べ放題!

※写真は全てイメージです。

「ズワイガニ食べ放題付き ディナーbuffe」

- 期間: 7月31日(水)まで
- 時間: 18:00~20:00(ラストイン)
- 料金: 大人5,500円 小学生3,000円 幼児1,000円
※フリードリンク(120分)お一人様1,800円~

ズワイガニ【食べ放題】

北海道産の牛骨で作った牛骨ラーメン、北海道産鰯とジャガイモのクリームピザ、蟹イクラ丼、札幌「バルナバハム」のソーセージグリル 他

サイドbuffe【食べ放題】

鮭トロとアボカドのサラダ、ニシンのマリネ、トムヤムクンの石狩鍋、北海道産野菜のチーズ入りベニエ、ラム肉のソテー、ジューズカンソース 他



※食べ放題のズワイガニはロシア産です。



北海道産の牛骨で作った牛骨ラーメン

北海道産鰯とジャガイモのクリームピザ



蟹イクラ丼



札幌「バルナバハム」のソーセージグリル

オールデイダイニング グランカフェ

福岡市中央区大名2-6-60 西鉄グランドホテル1F
tel 092-753-7265(予約専用9:00~18:00受付) ※全て税込

女性を応援する総合サイト

SKIP.fun

SKIP編集部が作るwebマガジン

SNSもフォローしてね♪

<https://skip.fun/>



プレゼントのご応募やセミナーのお申込み、お散歩ボランティアや里親募集についてのお問合せなど色々とお活用ください。

気分転換
小旅行
拡大版

カフェ・ブッフェ・スイーツの美味しい夏メニュー

福岡三越の美味しいトピックス 季節のメニューや限定商品も!



ブリオッシュ・フィユテ 1,080円(税込)

※毎日午後4時から20点限定販売
 ポールのクロワッサン生地を型に入れて焼き上げた食パン。
 ほのかなオレンジの香りが特徴です。

人気ベーカリーショップの ポップアップショップがオープン!

1889年フランス北部の街リールに生まれた老舗ベーカリーショップ「ポール」。こだわりの素材を使った本場の味わいを求めて、毎日多くのお客様で賑わっています。本年創業130周年の節目を迎え、これを機に期間限定ショップをオープン! ポップアップの限定商品を紹介するほか、マドレーヌなどの焼き菓子も豊富に揃えています。ぜひ足を運んでみて。

お菓子の詰め合せ 1,620円(税込)
 パウンドケーキ各種、プチサブレなど、
 焼き菓子も豊富なラインナップ。

ポール ポップアップショップ

【福岡三越 地下2階】

■期間：7月8日(月)まで



夏限定のマンゴーを使った スイーツが登場!

フルーツの甘さや酸味といった、素材そのものが持つ本来の味わいや食感を、一番美味しく感じられるフルーツデザートをお届けする「ハナフル」。タルトやケーキにソフトクリームなど、フルーツ専門店ならではの贅沢なボリュームを楽しめます。

宮崎県産 完熟マンゴーソフトクリーム
 540円(税込)
 夏限定! 一口食べるとマンゴーそのものの味が口いっぱいに広がります。
 ※フルーツの内容により、値段が変わることがあります。

ハナフル

【福岡三越 地下2階】



タルト(13cm) 3,500円(税込)

新鮮なフルーツを贅沢に使った、見た目も美しいタルト。
 ※フルーツの内容により、値段が変わることがあります。



福岡三越

福岡市中央区天神2-1-1
 tel 092-724-3111 (大代表)
 (営) 10:00~20:00 (L.O. 19:30)

CAFÉファディ アネックス

【福岡三越 7階】

国際品評会で入賞したコーヒー豆をはじめとするスペシャルティコーヒーを、バリスタがハンドドリップで丁寧に淹れてくれます。オムライス、ナポリタン、カレーなどのお食事メニューやスイーツも揃っているので、ランチや買い物のお休みのひと息におすすめです。

コーヒーパフェ 734円(税込)
 人気のコーヒーソフトクリームにコーヒーゼリー、エスプレッソで作った、まさにコーヒーづくしのパフェ。コーヒーゼリーとエスプレッソのほろ苦さがクリームとよく合います。

カフェラテ 648円(税込)
 カプチーノ 594円(税込)
 あなただけのラテアートを楽しんで♪
 ※ラテアートは店長在籍時のみ対応可能です。

バリスタが淹れる 本格的コーヒーのカフェレストラン



美味しく健康的な「夏のスパイスフェア」開催。 老舗スパイス専門店とのコラボメニューも登場!

ふわふわもちもちのパンケーキが人気の「カフェ&ブックス ビブリオテーク」では、6/12(水)より、これからの暑い季節にぴったりな「夏のスパイスフェア」を開催。老舗スパイス専門店「東京スパイスハウス」とコラボした「スパイスカレー」ほか様々なスパイス料理が新登場し、この夏だけのスペシャルな味わいを届けてくれます。



チキントマトスパイスカレー 1,100円(税別)

オリジナルブレンドのカレースパイスでチキンとマトを煮込んだ、さっぱりと刺激的なスパイスカレーです。



2種のあいがけスパイスカレー ~チキントマトとインド豆「ダール」~ 1,300円(税別)

さっぱりと刺激的なチキントマトスパイスカレーとマイルドなムングダールのスパイスカレーの2種が贅沢に楽しめるあいがけです。スパイスカレーには、ターメリック、クミン、カイエンペッパー、コリアンダーなど多種多様なスパイスがたっぷり含まれています。



スパイスチキンと3種デリの セルパチコサラダ 1,300円(税別)

チリペッパーなどでマリネしたスパイシーなチキンとクミン、コリアンダーなどでマリネした3種のデリをサラダに仕上げました。セルパチコ(ルッコラの香り)と味わいが強いハーブとの相性はバッチリ!



スパイシーバストラミサンド 980円(税別)

スパイシーなデリ野菜としっかりとした味のあるバストラミをサンドにしました。スパイスナッツが味のアクセントに!

café & books bibliothèque 福岡 天神

(カフェ&ブックス ビブリオテーク)

福岡市中央区天神2-10-3 VIORO B1F tel 092-752-7443
 (営) 11:00~23:00 (デザートL.O. 22:30、フードL.O. 22:00) (休) VIOROに準ずる



七夕をイメージした「織姫」&「彦星」のケーキや、 桃が主役のケーキが、今年も期間限定で登場!

四季折々の旬のフルーツを用いた、まるでアートのようなケーキを提供する「カフェコムサ」。この夏も、毎年大好評の「桃」のフェアが開催されるほか、七夕の織姫と彦星をイメージしたケーキも期間限定で登場! この季節ならではの甘く爽やかな味わいをたっぷり楽しめます。

「白桃のショートケーキ」 1ピース 900円(税別)

■販売期間：7月4日(木)~31日(水)
 果汁たっぷりの白桃と甘酸っぱいチェリークリームを、ふわふわのスポンジにたっぷり飾りました。甘さを抑えたクリームと柔らかな桃の甘味のコンビネーションを楽しめるケーキです。



「白桃のケーキ」1ピース 1,000円(税別)

■販売期間：7月4日(木)~31日(水)
 岡山県産の真っ白な「おかやま白桃」をふんだんに使用しました。溢れ出る果汁と芳醇な香りの桃を美しく飾った、桃の味を存分に味わえるケーキです。



「織姫 ~桃といちじくと 佐藤錦のケーキ~」 1ピース950円(税別)

■販売期間：6月20日(木)~7月7日(日)
 芳醇な香りで甘い果汁たっぷりの桃と、ぶちぶちとした食感のいちじく、甘酸っぱい佐藤錦を合わせ、はちみつレモンのゼリーで天の川をイメージしたケーキです。



「彦星 ~静岡県産マスクメロンとマンゴーのケーキ~」 1ピース950円(税別)

■販売期間：6月20日(木)~7月7日(日)
 みずみずしく甘い静岡県産マスクメロンと、とろけるように甘いマンゴーを合わせ、はちみつレモンのゼリーとマンゴーのムースとともに、夜空に輝く天の川をイメージしたケーキです。

カフェコムサ 福岡VIORO店

福岡市中央区天神2-10-3 VIORO4F tel 092-752-7333
 (営) 11:00~21:00 (L.O. 20:30) (休) VIOROに準ずる

気分転換
小旅行

拡大版

人気店の美味しい夏メニュー&トピックス

「コラボ」代表/トレーナー
猪俣 龍己
(資格) 指圧師免許、鍼師免許、
灸師免許

元ホークス松中信彦選手
や数々のトップアスリー
トのトレーナーを務め、
卓越した理論に基づき自
身も10kg以上の減量に
成功した体幹トレーニング
の他、マッサージ治療
にも定評がある。

SKIP読者
限定特典
○パーソナルトレーニング
○パーソナルマッサージ
(初回限定)
各10,000円▶各5,000円

コアトレーニング
& マッサージ コラボ

完全予約制 TEL 092-433-2040

受付時間/10:00~20:00
※混雑時はお電話に出れない場合がございますので、
こちらの方から折り返しお電話いたします。



コア
トレーニング
CORE TRAINING



短期間で簡単にボディチェンジを
可能にした最新「クロスコア」による、
どこにもない「体幹トレーニング」!

肩甲骨と骨盤の
可動域をひろげる
「いのまた式」で悩み解消!

コア
マッサージ
CORE MASSAGE



身体の奥の方にある筋肉を
柔らかくすることが血行を促進させ、
根本から柔らかくしていきます!

COLABO
Inomata Tatsumi Laboratory

体幹トレーニング& マッサージで体リフレッシュ

アサヒ緑健

筋肉成分
イミダゾールジペプチド
200mg

活力成分
ローヤルゼリー
600mg

栄養素を補う
緑効青汁

栄養バランスに優れた「緑効青汁」に
「筋肉成分」と「活力成分」を配合。

緑効青汁スポーツ
RYOKUKOU AOJIRU SPORTS

○緑効青汁スポーツに関するお問い合わせは
0120-003-003
通話料無料

インターネットでのお問い合わせ
携帯からアクセス



運動時の青汁ゼリー
エネルギー補給に!!

人工甘味料・合成香料・着色料 不使用

TAKE
ch.

不動たけるの

月刊 たけちゃんねる

第43回 福岡在住のタレント、不動たけるが毎月のお題に基づき
気になる場所取材したり、オリジナルレシピを紹介し
たりしちゃいます。



不動たける
エンタリーサービスプロモーション所属 '05年 ジュノンボーイコンテスト特別賞受賞
'11年よりウルトラマンシリーズの主題歌を歌う男女ユニット「ボイジャー」に加入。
地元福岡ではTVリポーターとしても活躍中。TNC「マニアマニア」 「もちもち浜ストア」、
TVQ「チラチラランチ」レギュラー出演。●FBで取材裏話も公開中。「不動たける」で検索!

7/4(木)からコミュニティラジオ
天神(コミテン-FM 77.7MHz)
にて番組「カレバカラジヲ」が始ま
ります! アドバイザーにはカリスマ
カレー&カフェプロガー上野万太
郎さんを迎え、コアなカレー情報
を福岡の皆様にお届け致します。
カレー好きのカレー好きによるカ
レー好きの25分間! 毎週木曜
22:00~生放送です。お時間ある
方は是非ご聴取くださいませ~

今月
のお題

【夏のソコ飯応援隊】

SKIP誌面でもお馴染みのあの店が、
実は大興奮のソコ飯スポットだったんです!



トマトもつ鍋 1人前1,700円(税別)
土曜日はランチでもオーダー可能。

“晩ごはん食べませんか?”メニューにドンと書かれている言葉通り、ここプル
プル市場は居酒屋ながら食事をメインに訪れるお客が急増中なのだとか。

特筆すべきは自慢のもつ鍋類が一人前から注文できるという事。ソコ飯女子達
が断念せざるを得ない福岡人気グルメ上位にランクインするこのメニューを、一人
で気兼ねなく楽しめるのは嬉しいですね^^

人気はトマトもつ鍋。フレッシュなトマトを煮込むことによって、酸味が穏やかになり
甘みとコクに変化! こだわりのカツオ一番だし、しっかりと下処理された上質な牛
モツの旨味と合わされば幾重にも重なる口福感にノックアウトです。ズはもちろんバ
ジル香るチーズリゾットで決まり。ここでしか味わえない和メタリアンのハイブリッ
ドソコ飯タイムの完成です。くう~、また食べたくなってきた!

固定ファンの多いからあげや特大卵焼きなどをはじめ、豊
富な居酒屋メニューのほとんどが定食へとカスタマイズする
事が可能。晩ごはんだけでなく、なんとグラスビールが
サービスでついてくる(もちろんソフトドリンクも)というラ
ンチも、観光客や周辺のオフィスで働く人々に好評です。

食べたいものを自分のペースで好きなように...一人で
楽しむ食事って、ならでは癒しがあり
ますよね。夏の飲み会シーズ
ン目前、珠玉のソコ飯でお腹も心
も満たされてみませんか?



本日の小鉢と好きな
お酒一杯が付いた晩
酌セット(600円)と合
わせるのもおススメ。



ゆったりと座れる
テーブル席。“ソ
コ飯”に嬉しいカ
ウンターも完備。



処理済みで仕入
れた牛の小腸を
更に店舗にて徹
底清掃。全く臭
みが無く、あふれ
出る甘い脂は
やみつきになり
ます。



オーダーが入ってから引くカツオ一番
だしの透き通った美味しさに感動。
スツと体に入っていきのこに深みも
あり、具材と煮込んでリゾットにしても
しっかりと存在感を放っています。

店舗情報 プルプル市場

福岡市博多区中洲5-4-23 TM15ビル2F tel 092-710-4161
(営) 11:30~14:00, 17:00~23:00 (L.O.22:30) (休) 日曜

★TAKE's キッチン★

ひと手間本格
インド副菜! 【トマトのアチャール】

完成~!!

アチャールとは、インドの漬物の事。スパイスをふんだんに使う
ので、食材の味も引き立ち様々な健康促進効果もあります。
今回は夏野菜の代表格トマトを使ってサッパリと仕上げました^^

- 材料(2人分)
- カットトマト(ロサイズ).....大1個分
 - ★鷹の爪.....1本
 - ★マスタード.....小さじ1/4
 - ★クミンシード.....小さじ1/4
 - ★ターメリック.....小さじ1/4
 - ★カイエンペッパー.....小さじ1/4
 - ★パプリカパウダー.....小さじ1/4
 - ★塩.....小さじ1/2
 - サラダ油.....大さじ2
 - 酢.....大さじ1
- 作り方
- 1 フライパンにサラダ油、★を入れ弱火で熱する。
 - 2 マスタードシードがパチパチと弾け、クミンシードの周りがジュワジュワとしてきたらトマトを入れサツと炒める。
 - 3 火を止め★と酢を加え、和えた後20秒程弱火で炒める。
 - 4 粗熱が取れたら容器に移し、冷蔵庫で2~3時間冷やせば出来上がり!



どれもスーパーで
手に入るスパイス
ばかり。是非トライ
してみてください!

今月のひと文字



今月のひと文字は【憂】。この文字が
持つ「哀に服して悲しんでいるさま」
から、思いやりがある、やさしい、と
いう概念が生まれ「優」という文字が
誕生したそうです。立て続けに起こ
る悲しいニュースに憂鬱な気分が拭
えませんが、その向こうにきっとある
穏やかで優しい毎日信じて、周り
の人を大事に今月も頑張って行きたく
いですね^^

夏の暑さ&紫外線に負けない!

おすすめの対策アイテム

UVカットするつば広帽子
遮熱してクールで頭ひんやり!

遮熱効果で温度上昇を抑える帽子です。繊維断面の溝がすばやく皮膚表面の汗を吸収し、生地表面から発散させるので、ひんやり涼しく感じます。着脱式のネックガードで首元も守り、付属の保冷材も入れられるので、猛暑対策に最適です。



マイナス7℃ つば広帽子
2,500円

シュッとひとふきで
ひんやりが持続!
爽やかなミント&グレープフルーツの香り

気化熱とメントールの涼感効果で、シュッとスプレーするだけで、ひんやり気持ち良い冷涼感が得られます。茶エキスを柿タンニンのダブルの天然由来の消臭成分によって、衣類に付いた汗の臭いを95%以上消臭。ワキや背中、襟元などの衣類の汗をかきやすい部分にスプレーすると効果的です。



ひんやりシャツシャワー
ストロングラグビー
1,250円

パチパチ弾ける泡で、
ベタつきがちな頭皮や髪がスッカリ!

ノズルを頭皮に押し付けると、パチパチと弾ける泡が出て、ひんやり爽快、ベタつきもスッカリ。カキタニンチャ薬エキスが配合され、頭皮の臭いが気になるときにもおすすめです。また、10種類の植物由来エキスが、皮膚に潤いを与えます。ミント&グレープフルーツの香り。



ひんやりヘッドシャワー
1,200円

この夏、大活躍のおでかけファン
コンパクトなのにパワフル!

フレキシブルアームが付いた、新しいタイプの扇風機。アームを曲げて様々な場所に固定することで、夏のレジャーやスポーツなど、使用するシーンを選びません。風量は3段階調節できるので、いつでも快適な涼しさをキープできます。



お出かけファン
2,480円

毎年人気の枕パッド
今年はひんやり触感大幅アップ!

冷感性を持つ特殊な鉱石を練り込んだ繊維を使用することで、ひんやりとした触感を与えてくれる枕パッド。さらっとしてベタつかず、柔らかな肌触りが特徴です。裏にゴムが付いているので、枕からずれることがありません。



マーベラスクールネオプラス
枕パッド
1,480円

完全遮光(100%)の晴雨兼用傘
女性好みの美しいシルエットも素敵!

何がなんでも日差しをカットしたい人のための完全遮光傘(100%)。骨はグラスファイバー製のため、軽くて丈夫。兼用傘なので突然の雨でも安心です。シルエットや刺繍のスカラップも可愛く、閉じる時に指や爪をはさまないようにネイルガードも対応しています。



ピンクトリックフラワー
晴雨兼用 2段折傘
3,300円

熱・雨・風に強く、シンプルなデザイン。
男性にもおすすめの晴雨兼用傘

「日差し」と「暑さ」。この両方を遮るためには、紫外線をカットする「遮光性」と日差しを反射して熱を通しにくくする「遮熱性」が必要。そこで表地にシルバークーティングを2回も塗り重ねて誕生したのがこの傘。日差しを跳ね返し、「遮光性」と「遮熱性」を実現しています。



銀行員の日傘
2,000円

暑さや紫外線を
やわらげてくれる
優秀アイテムが、
今年もたくさん登場しています。
夏本番が来る前に、
ぜひチェックしてみてください!

この季節、
ニオイも気になるものです。
ちょっとした心がけをアドバイス!



汗をかくと
臭くなるのはなぜ?

実は汗自体は無臭なのに、時間が経つとニオイが発生します。その原因は細菌の働きに。温度や湿度が高い、皮脂が多いなどの条件が揃うと、細菌が発生し、その細菌が汗や皮脂を分解することで、不快なニオイが発生します。また、2種類ある汗腺のうち、ワキの下に多いアポクリン腺から出る汗の方が、ニオイの原因になりやすいことがわかっています。

ニオイ対策の基本

●できるだけ早く汗を拭き取る

汗をかいたまま放置すると、皮脂常在菌がニオイのもとを作ってしまう。早めにふき取ってニオイを予防しましょう。



●足を清潔に保つ

足裏は汗をかきやすく、アカなども多いうえに、靴に覆われていて汗を外に出すことができません。汗をかいたらデオドラントシートで汗を拭き取り、お風呂では指の間や爪の周辺までしっかり洗いましょう。靴も蒸れてニオイが発生させるので、1日履いた靴は風通しのよい場所に置き、中の汗をよく乾かしましょう。



●食べ物にも注意する

ニンニクやニラなどニオイの強いものを食べると、息だけでなく汗からもニオイが出てしまいます。また、脂っこいものを食べ過ぎると、皮脂の分泌量が増えて、ニオイの原因になってしまいます。



●汗腺機能をアップさせる

代謝が悪く汗腺が退化すると、汗が濃くなりニオイも強くなります。普段から運動や入浴で汗をかき、汗腺を整えていけば、ニオイの少ないサラサラの汗がかけられるようになります。



暑い夏に常備しておきたい
タオルシート
一枚で凍えるほどの極冷感!

ひんやりふくだけシャワー ストロングラグビー
10枚入り/300円

「濡らす」「しぼる」「振る」の
簡単3ステップで、とってもひんやり!



毎年大人気の「ウォータークールタオル」が、今年も新たな装いで登場。水に濡らして、しぼって振るだけで、気化熱の作用で肌に冷たい感覚を与えます。暑い時期の運動はもちろん、アウトドアやスポーツ観戦でも大活躍間違いなし。UVカット率も約99%。上下に取り外せる便利なボトル入りです。

ウォータークールタオル
1,000円

熱中症の危険度の目安を
アラーム音とランプでお知らせ!

持ち運びやすいコンパクトサイズなので、アウトドアや買い物、スポーツなど、外出時でも温度や湿度を簡単にチェックできます。熱中症になりやすい環境になった場合は、アラームとランプで知らせてくれる嬉しい機能付き。赤ちゃんとの外出や運動時などにおすすめです。

ポータブル温湿度計ブラム
1,500円



商品取扱店

雑貨館インキューブ 天神店
福岡市中央区天神2-11-3 ソラリアステージビルM3・3F・5F
TEL 092-713-1092 (営)10:00~20:30

※全て税別



引っ越しは大変だ〜!!

狭い部屋に犬も猫も馴染んでくれるのかな…?



まだまだ引っ越しは終わっていませんが大変です。どんどん捨てないといけない。今回の部屋は狭くなるので、犬と人間と猫の同居となります。猫が動くと犬がワンワンと大きな声で鳴くので、苦情が来るかもしれないとドキドキです。なるべく部屋を広くしてあげたいと思っていますが、いったいどうなるのか…

今まで大きな部屋を使いたく使っていたので、捨ててしまわないといけないものだらけです。犬や猫にも我慢してもらわないといけないのですが、人間が一番我慢することになるのかとみんなで話しています。

編集部には犬や猫がいて、**疲れた時の癒しには抜群の効果を発揮しますが、お世話も大変です。**一緒に部屋に犬や猫の数が増えると、なるほど騒音がひどくなるし、いがみ合いや問題も多くなります。

できれば相性を考えて部屋を変えたいんですが、2部屋しかないので犬と猫に分けて、猫と一緒に大丈夫な犬を同居させるしかありません。いったいどうなるのか心配です。

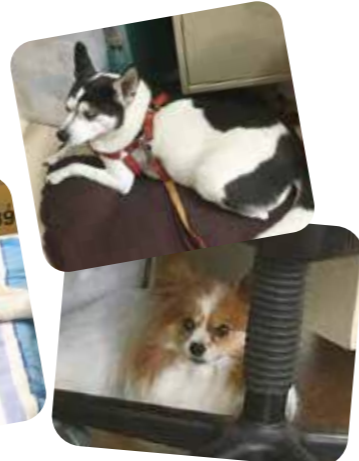


編集部は犬と猫が同居していますがさらに密度がアップしています。

引っ越し先は部屋が狭いので、犬と猫と人間の同居がさらに密になりました。仕事をしている編集部のスタッフの傍に犬が寝ています。その風景を見ていると犬が嬉しそうにしています。スタッフも癒されているので、ウインウインの関係になれればいいなと思っています。



スタッフ特典: いつでもモフモフ



引っ越し先では陸ちゃんが幸せそう

排泄を1日に9~10回もしていた陸ちゃんが、引っ越し先の部屋ではゆったりと寝て排泄は1日3回くらいになりました。1回の量をたっぷりして居心地が良いようです。今までは大声で鳴いていたのにあんまり鳴くこともなくなりました。もちろん、ご飯の時は“ゴハン”と聞こえるように訴えますが、食べるのも美味しそうに食べています。

動物たちにこの新しい部屋は気の流が良いようです。動物たちの心が落ち着いていると私たちも安心して心地いい気分で仕事ができます。何だかいい感じになるのを期待しています。



引っ越し先でも階段でキラリを抱っこして上り下りしています。



キラリは貧血が悪化して輸血をしなければならない可能性が…

高齢になって、腎臓に肝臓に貧血にと体の異変が多くなっているの、少しでも体に負担がないようにしたいと思って、階段の上り下りをさせずに抱いていこうと思っての行動です。今まで、とても元気だったのに、ここきて持病が増えたので、少しでも長生きをして欲しいと思ってのことです。

そんなに思っている、キラリは**貧血の数値が悪化**しています。薬に点滴と様々な治療をしていますが改善の兆しが見えず数値がどんどん悪化しています。これ以上数値が悪化したら輸血をしなければならないとの事でした。輸血は大変なので、食事療法をしようと思ってレバーを食べさせようかと思ったら、薬を飲んでいるのでその必要はないらしいのです。

そう思った翌日に腎臓の数値が跳ね上がり、**ご飯も食べなくなりました。**今までは、どんなことがあってもご飯は食べていたので体重も減少せずにいたが、急に食べなくなると痩せてしまうので**強制給餌**をすることにしました。腎臓の回復をするために点滴を毎日打ちに通っていたのに、**貧血の数値がついに15を切った**のです。輸血しかないとの診断で輸血をすることにしました。輸血は数日続けてするらしいのですがよくなるという不安でいっぱいです。



キラリは輸血をしました。経過は良好ですが、まだわかりません。

ご飯を食べなくなったキラリは体調は万全ではありません。献血をしてくださる犬から快諾をしていただいたので輸血をしました。輸血は2日続けて行いました。輸血をした後は血液検査を毎日して、2日目には**貧血の数値はかなり上がる**ことができました。

次の日は骨髄液を抜いて検査をします。貧血の原因を探るのが目的です。キラリも16歳になるので**麻酔はリスク**がありますが、回復に向けてのことなので**頑張る**ことにしました。不安はありますが原因がわかって、**少しでも改善することを願っています。**



寄付のお願い

現在ペットシートや缶詰などを寄付として届けていただいたり、送っていただいたりしています。子猫や猫、高齢の犬たちに必要なものでとても助かっています。これからは下記のものもお願いできればと思っています。

- ①キャットフード(成猫・子猫用) ②ペットシート ③医療費のための寄付金
- ④猫の避妊・去勢、北斗の去勢費のためのお金が必要です。よろしくお願ひします。

●郵便振替
振替口座番号 01730-0-108697
口座名:「マザールーフ」事務局

●銀行振込
福岡銀行 本店営業部 普通 5073780
口座名: マザールーフ 代表 原田敦子

マザールーフのHPができました。 <https://inuneko.site/>



保護した犬や猫は辛い思いをしたのに、人が大好きでした。だから、この犬や猫を幸せにしてあげたいと思うようになりました。捨て犬や捨て猫を保護し里親のもとへ捨て犬や猫たちの第二の犬生・猫生を輝かせてあげたい! 命を救う輝かせるチャレンジです。応援、よろしくお願ひします。



マザールーフの動物たちの日常をブログに掲載中!

月刊SKIP webマガジン <https://skip.fun/>



マザールーフのフェイスブック



マザールーフのインスタグラム



マザールーフからのお願ひ

マザールーフに保護に来てくださるや、引き取って欲しいとの連絡が来ますが、マザールーフでは保護活動をしているわけではありせん。動物を保護しておく施設がありません。マザールーフでできることは、里親探しのお手伝いや問題行動の動物たちの対処の仕方などを教えることです。

＜身近な食材で簡単スパイス料理＞

スパイス香辛料アドバイザー・たけるさん考案の時短レシピ。コンビニやスーパーで手軽に手に入る食材を使った簡単レシピ。ちょっとスパイスを足すだけで本格的なスパイスメニューの出来上がり★



バニラアイスのコリアンダーバターソース

リラックス作用のあるコリアンダーと、アイスの甘味が絶妙！夏の疲れを和らげたい時にオススメ。



ちいさいスパイス

【コリアンダー】

葉の部分がかくちーで種部分がコリアンダー。コリアンダーはかくちーほどくせがなく、爽やかな柑橘系の香りがします。ホールorパウダー状に使用します。バターとの相性がすごく良く、おいしいだけでなくリラックス効果もアップ。なんと、頭痛を和らげてくれる効果もあり★

材料(二人分)

バニラアイス…… 300ml
コリアンダー…… 適量
バター…… 20g
醤油…… 小1/2

作り方

①フライパンでバターを溶かし、醤油をコリアンダーと混ぜ合わせる。
②①を熱いうちにバニラアイスにかけ、コリアンダーを振りかけたら出来上がり。

高菜のスタミナクミン炒め

夏バテで食欲がない時にもいいけど、ダイエットにもいい。不思議な魅力のクミンを使ったレシピ。



ちいさいスパイス

【クミン】

カレーの匂いがする～って感じるのはクミンのお陰。胃や腸など内臓の働きを助けてくれます。消化を促進し腸内環境を整えるので、夏バテで食欲がない、お腹の調子が悪いなんて時にもオススメ。お通じもよくなり代謝もアップするので、ダイエット効果もあると言われてるんですよ★

材料(二人分)

高菜漬け…… 200g
鷹の爪…… 1本
ニンニク…… 1片
クミンシード…… 小1/2
オリーブオイル…… 大2

作り方

①フライパンにオリーブオイル、鷹の爪、薄くスライスしたニンニク、クミンシードを入れ香りが立つまで弱火で加熱する。
②1cm幅にカットした高菜漬けを投入し、強火でサッと炒めれば出来上がり。

【クミン】の活用法

クミンをお料理に使う方法以外にも、もっとダイレクトに味わう方法があります。クミンは種子なので、これを煮出してお茶にすることができます。シソ茶みたいな風味でさっぱりして飲みやすいです。何も食べたくないという時でもお茶なら気軽にいただけそうですね。ぜひお試しください。



柚子香るターメリック鶏サラダ

体の中からアンチエイジング。夏の健康と美容に積極的に取り入れたい！



ちいさいスパイス

【ターメリック】

ターメリックの原料は秋ウコン。すばり肝臓の働きを助けてくれます。カレーにおいて大事な“色”を担当してくれる“クルクミン”という色素成分に、抗酸化作用があります。インドなどでは暑さで食材が腐らないようターメリックをまぶす習慣があるほど。優れた抗酸化作用はアンチエイジングにも役立ちます。すごい飲み会が多くてしんどいという方にもオススメです。

材料(二人分)

サラダチキン…… 1個(100～150g)
★柚子胡椒…… 小1/2
★マヨネーズ…… 大1
★ターメリック…… 小1/4
★レモン汁…… 小1
★ブラックペッパー…… ひとつまみ
かくちー…… 適量

作り方

①サラダチキンを粗めにほぐす。
②①とあらかじめ混ぜておいた★、お好みで刻んだかくちーと和えれば出来上がり。



スパイスで夏の暑さを乗り切る！

いつもの食べ物にちょっと加えるだけ
健康と美容を手に入れる 時短レシピ！

夏バテ予防やリラックス効果、アンチエイジングにも役立つ。
暑い夏はスパイスを賢く使おう！



夏はなぜかカレーが食べたい！カレーはたくさんのスパイスが使われている代表的なスパイスメニュー。スパイスにもたくさん

種類がありますが、共通して言えるのはスパイスには交感

神経を刺激する作用があり、発汗を促し代謝促進作用

もあるということ。適度に摂れば夏バテ予防や、ダ

イエット、アンチエイジングなどに役立つので夏場は

特にオススメです。

そこで「スパイス香辛料アドバイザー」の資格を持ち、本誌

「たけちゃんねる」でもお馴染みのタレント・たけるさんにスパ

イスの魅力や、簡単にできるスパイスレシピを伺いました！

夏にスパイスがオススメな理由。代表的な効用

★ 発汗作用

夏は体の内側に熱がこもりやすいので、上手に発散させて体温調節をしないと夏バテの原因に。スパイスは熱をうまく発散させるので適度にいい汗をかけるようになり、夏バテ予防に役立ちます。

★ 防腐・抗菌作用&抗酸化作用

スパイスには防腐・抗菌作用があるので、料理や食材を傷みにくくする作用があると言われてています。抗酸化作用があるのでアンチエイジングにも役立ちます。

今はスーパーなどでも粉末状のスパイス各種が簡単に手に入るようになったので、お気に入りのマイ・スパイスを持ち歩いて外食の時にちょっとひとふりというのも手です。身近な食材を使ってスパイスをちょっと加えるだけで、お料理の味もアップ。健康にも美容にもいいとなれば取り入れない手はないですよ。

★ 食欲増進、消化促進

暑さで食欲不振になりがちな夏。スパイスは食欲を高める作用と同時に消化を助けます。胃や腸の調子も整えるので、便通も良くなります。



スパイス香辛料アドバイザー
不動 たけるさん

※たけるさんはカレー好きが高じてスパイスの魅力にハマり、資格を取得。YouTubeやラジオでカレー専用チャンネルも制作しています。





ようこそ福岡! 近場の温泉に行こう!

福岡に友達が来たたらどこ

に行く?

その5



福岡市内から車で1時間ぐらい
ドライブしながら気軽に行ける温泉に行きませんか!

※写真はイメージです。



写真提供:佐賀県観光連盟

歴史は古く昔は湯治場としても人気が高く利用されてきました。38度のぬるめのお湯にぬるめとした心地良い肌触りの特徴から「ぬる湯」と呼ばれています。人肌とほぼ同じ温度のお湯は、ゆっくりお湯に浸ってられ、疲れが芯からほぐされていくリラックスできるお湯でもあります。美肌の湯といわれる由縁はアルカリ性単純温泉でpH9.5が肌に優しく美肌づくりに役立つようです。

古湯

森林に囲まれた古湯温泉は 緑溢れる癒しの空間

リフレッシュ効果が抜群

福岡県と佐賀県の県境にある三瀬トンネルを越えれば、美人の湯として名高い「古湯温泉」があります。古湯温泉の魅力は、お湯はもちろんですが緑豊かな自然にもあります。緑溢れる山々に嘉瀬川、北山湖などの水にも恵まれた、自然に癒されることのできるエリアでもあります。



武雄

1300年の歴史ある武雄温泉は レトロで風情のある温泉地

朱色と白のコントラストが見事な 楼門が迎えてくれます

美人の湯として有名な武雄温泉は、1300年の昔から多くの人たちを癒してきた温泉です。武雄温泉は保温性に優れ、肌を柔らかく包んで肌にずっと馴染むところが美肌効果満点といわれています。ゆっくり浸かれば心にも体にも優しいお湯を堪能することができます。



写真提供:佐賀県観光連盟

▲殿様の湯

武雄温泉といえば、まるで竜宮城のような楼門があります。楼門をくぐって見えるのが、国指定重要文化財の「武雄温泉新館」で、必見の価値があります。大衆浴場や貸し切り湯、立ち寄り湯と充実しており、自分の好きなタイプを選んで温泉を楽しむのも嬉しいものです。美味しいものも沢山あり、毎週日曜日7:30から開催される「楼門朝市」では、たくさんの露店が軒を連ね多種多様なものが並びます。素朴で温かいおもてなしを楽しむことができます。

▲武雄温泉新館

秋月

筑前の小京都と呼ばれる 秋月にある美肌の湯

街並み散策と温泉は非日常感を楽しめる

城下町の景観が今も守られ、町散策が楽しめる秋月。約800年の歴史があり、秋月城址や長屋門、眼鏡橋など自然と調和した姿は見応えがあります。他にも骨董店なども沢山あるので見て回って、秋月温泉でゆっくり疲れをとりリフレッシュするのも楽しいものです。



▲秋月レトロ市



▲黒門

秋月には約2400坪の広大な敷地に佇む閑静な温泉宿「秋月温泉料亭旅館 清流庵」があります。お湯は美肌の湯といわれ、アルカリ性単純温泉です。料理長こだわりの食材を使った季節の会席料理と温泉は、日帰りで贅沢なひとときを過ごすのにピッタリ。友達と一緒に車で訪れるのにオススメです。

※事前予約が必要です。温泉は土日祝日のみ。



▲眼鏡橋

嬉野

「日本三大美肌の湯」にも選ばれた嬉野温泉 温泉湯豆腐や嬉野茶のお菓子など地元グルメもオススメ

嬉野温泉は町の中心に湧く温泉地で、九州でも有数の温泉街です。泉質は無色透明の重曹泉。成分に多く含まれるナトリウムが、角質化した皮膚をなめらかにし、みずみずしい肌にするため、美肌の湯といわれています。この温泉水で豆腐を煮こんだのが名物「嬉野温泉湯豆腐」です。温泉成分が豆腐のたんぱく質を分解して、とろりとろける食感と白濁したスープに変わり、なんとおいしい美味しさです。



写真提供:佐賀県観光連盟

また、嬉野といえば、香り高くさっぱりとした味わいのお茶も名物。市内にある「嬉野茶商工業協同組合」に行くと、様々なお茶が揃っており試飲もできます。お茶を使ったお菓子やスキンケア製品なども各ショップや旅館などで売られており、お土産にもおすすめです。日帰りなら、温泉旅館の立ち寄り湯もいいけど、お手頃料金の公衆浴場や無料の足湯などを利用するのも楽しいものです。



マザールフの誕生物語

公園に捨てられたジョンと三本足のクーちゃん



John

公園の知り合いから犬が捨てられていると連絡がきた。中型犬のミックス犬と三本足のシーズーです。一緒に夜に捨てられたようです。中型犬のミックス犬は凛とした短毛の犬でカッコいいと思える犬です。もう一匹のシーズーは汚れていて被毛は絡まっており足は3本でした。

とりえず動物病院で検査とノミ・ダニ駆除をして会社に連れてきました。3本脚のシーズーは大人しい女の子で、クーちゃんと呼びました。足がなぜ3本なのかは分かりませんが性格はいい子です。ミックス犬は男の子でジョンと呼びました。2匹とも大人しくて散歩も誰とでも行ける子です。飼い主さんを探しましたが、名乗り出る人はいませんでした。

数か月経ち、性格も優しくやトレニングもできたので里親さんを探すことにしました。クーちゃんを知り合いの女性が欲しいと連絡が入りました。足が悪いのであまり里親には

出たくないと思っていましたが、「犬はたくさん飼ったことがあるし、今も犬がいるので仲良く一緒に過ごすことができるのでお願いします」との事でした。知り合いでもあったし、彼女の環境も把握

していたので大丈夫だろうと里親に出すことにしました。

凛々しいジョンは東京の家族から里親希望がありました。「家族の一員として迎えたい。もちろん室内飼いをします」と知り合いの紹介で連絡があったので、東京まで一緒に連れていくことにしました。里親の家族とお会いして3人家族の一員に迎えるとの事でした。お母さんがとても優しく「犬の世話は基本は私が中心にしますのでお願いします」との事でした。安心してお渡しすることができました。

公園に捨てられた2匹は家族の一員として迎えられて幸せになってくれたので、本当に良かったと思いました。

里親に出す場合は、基本的に家に一緒に連れていき飼われる環境のチェックをしてから譲渡することになっています。優しい家族でも犬との相性もあるのでそうさせていただきます。



Coochan



Yukikun

花火の夜にやって来たユウキ君

夜中の12時に知り合いのお店の大将が突然家に訪ねてこられました。犬を保護した女性がいてどうしたらいいかわからないと相談されているので訪ねてこられました。

急いで一緒に犬がいるところまで行くと、高齢の汚れた犬がいました。ミックス犬でしたが中型犬より大きめの犬でした。見るからに高齢でした。保護された女性は、突然犬が出てきてついてきたということでした。「自分は一人暮らしなので犬を飼うことはできない」どうしたらいいのかわからないのでどうかしたいということでした。そう言われても、うちには犬が沢山いるので病院も行っていない犬を家に入れることはできないのです。とりえず女性に連れて帰ってもらって、翌日の朝迎えに行き病院へ行くことにしました。朝早く迎えに行き動物病院へ行き検査をしました。検査の結果、先生曰く「病気の宝庫のように病気があります」高齢なので目は白内障、フィラリア、少し認知が出ている、睾丸に腫瘍があるなど様々な病気がありました。

そんな老犬にユウキ君と名付けて編集部に置いていました。老犬は子供返りをしたようで本当に可愛いのです。ユウキ君は突然ワンワンとしゃがれた声で鳴くのです。

保護してから1~2週間くらいたったころ一本の電話がかかってきました。「うちの犬が保護していただいているんじゃないか」との連絡でした。保護した犬は、福岡県のワンちゃんネットにあげているのでそれを見ての連絡のようでした。特徴などのお話をしていると、ユウキ君が鳴きだしたのです。その声を聞いた電話の方が、「その鳴き声は間違いなくうちの犬です」と言われて「明日迎えに行きます」と電話を切られました。安堵したのと同時にさみしい気持ちになりました。ユウキ君に情が移っていたからです。高齢犬の特徴である甘えてくるしぐさが本当にかわいいと思えていたからです。

もちろん翌日お迎えに来られました。飼い主さんのもとに帰ることのできたユウキ君は本当に良かったと安心しました。



— マザールフの活動を応援していただいています —

恵比寿酒店 集いし皆々、えびす顔。
恵比寿酒店は、福岡県八女市にお店を構えるお酒のセレクトショップです。お買い求めいただいた皆様にもめでたいことが訪れますように。

8歳の狸貯蔵長期熟成焼酎古酒「古久」、紫芋と白麹で炭酸で割ってもいい「須美礼(すみれ)」など、珍しい美味しいお酒が揃っています。

恵比寿酒店 福岡県八女市本町245
電話 0943-22-8107(11:00~19:00)
店休日:火曜日 通販サイト: <https://ebisu.ltd/>

手術をしない美肌治療専門
シミ・シワ・たるみクリニック
福岡アールスキンケアクリニック

HIFUたるみ外来 シミ・肝斑外来
毛穴・ニキビ外来 部分痩身外来

<https://www.r-fukuoka.com/>
0120-781-710 福岡市中央区大名2-1-53 天神吉田ビル4F

webサイトやFacebook、Instagram
更新中です。見てくださいね!

<https://inuneko.site/>



@motherroof



motherroof



寄付のお願い

現在ペットシーツや缶詰などを寄付として届けていただいたり、送っていただいたりしています。子猫や猫、高齢の犬たちに必要なものでとても助かっています。

これからは下記のものもお願いできればと思っています。

- ①キャットフード(成猫・子猫用) ②ペットシーツ ③医療費のための寄付金
- ④猫の避妊・去勢、北斗の去勢費のためのお金が必要です。よろしくお祈りします。



● 郵便振替 振替口座番号 01730-0-108697
口座名:「マザールフ」事務局

● 銀行振込 福岡銀行 本店営業部 普通 5073780
口座名:マザールフ 代表 原田敦子

R 痛みもなくメスも使わない
たるみ・シミ最新レーザー治療なら

福岡アールスキンケアクリニック

たるみ外来 シミ・肝斑外来
毛穴・ニキビ跡外来 部分ダイエット外来

https://www.r-fukuoka.com/

●eプラス ●新型水光注射
●ウルセララフト ●フォトナ肝斑治療
●ハイフたるみ治療 ウルトラフォーマー3 ...etc.

0120-781-710 福岡市中央区大名2-1-53
天神吉田ビル4F

専門医の院長がしっかり時間を
取って、診察・治療・アフターケ
アまですべて行います。

形成外科 美容外科 美容皮膚科

天神形成外科クリニック

シミ・シワ・たるみ・輪郭・目元など、
お気軽にご相談ください。

(自由診療)シミ、たるみ、二重まぶたなど目元
治療、シワ注入治療・ワキ多汗症 など

(保険診療)老人性眼瞼下垂、粉瘤・老人性イ
ボ、脂肪腫などの皮膚良性腫瘍、傷あと など

092-738-1155 完全予約制
福岡市中央区天神2-4-12 コスモ天神ビル3F
https://www.tenjin-keiseigeika.jp/

セラピー DOG マザールーフより
お知らせ

お散歩
ボランティアさん
募集中!!

お問合せ
SKIP編集部 092-714-3937

募金のお願い

●郵便振替 振替口座番号 01730-0-108697
口座名:「マザールーフ」事務局

●銀行振込 福岡銀行 本店営業部 普通 5073780
口座名:「マザールーフ」代表 原田敦子

Diet

長年太るばかりだったのに痩せ始めている! 階段の上り下りがあった引っ越しのおかげかも…

食事の量を減らしても、散歩で毎日歩いても全然痩せることのなかった私が、引っ越しを機に痩せ始めている。

確かに引っ越しは階段のビルから階段のビルへの引っ越しで、4階から3階への引っ越しだったので、降りては上るを延々と繰り返し、摂取カロリーより消費カロリーが多いと実感するほどだった。そんな日々が何日も続いて、体力がついてきたと思うほど最初に比べて疲れなくなっていた。

そうしているうちに食事の量が減ってきた。夜はあまり食べなくてもお腹が空かなくなったのだ。本当に不思議だと思うほどだが、たれ落ちていた顔のホッパがなくなっている。何だか痩せたかな?と思うくらいだったが友達から「少し痩せたね、顔が小さくなってよ」と言われた。何だか嬉しいが、おなかの周りは脂肪がたっぷりついていて。簡単にはおなかを痩せないな一と思っているが、これをチャンスとしてダイエットに励んでみるか、と食事制限と運動を少しずつやってみようと思う。

そう言えば、スタッフも愛犬が病気になるって、ご飯が食べられないと言っただけでとって痩せている。ダイエットって昔は好きな人ができた時だったが、大人になるとそんなことでは痩せないが引っ越しで痩せるチャンスを得るなんて思ってもみなかった副産物だ。これを活かして少しは見映えよくなるように引っ越しに感謝しています。(A子)



Topics

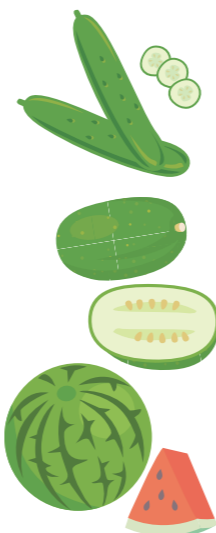
Health

むくみ、だるさなど梅雨時の不調の原因は、体の湿気! 日々のちょっとした心がけで予防しています。

元々むくみやすい体質の私は、梅雨になると更にむくみがひどくなって、体調がイマイチに。やはりこれは天気に関係しているようで、外の湿度が高いと、体にも水分が溜まりやすくなり、自律神経の働きも乱れるらしいのです。

私の場合、体に水分が溜まると、めまいがする、頭がじわ〜と痛い、胃腸の調子が悪くなる…などの症状も出て、体がだるくてつらいので、今年は早くから下記のようなことを心がけています。

- ①お風呂で体を芯から温める。
まずはこれが一番大切。内臓が温まることで、体の水はけがよくなります。副交感神経が優位になり、リラックス効果も◎。
 - ②冷たいものをひかえる
体が冷えるとむくみやすいので、キンキンに冷えたビールも今は我慢。
 - ③“除湿”効果のある食材を食べる
キュウリ、冬瓜、スイカなど利尿を促す食材の他、香味野菜、ショウガ、香辛料など発汗を促す食材を、毎日の食事に取り入れます。
 - ④できるだけ体を動かす
じっとしていると益々むくむので、だるくてもなるべく体を動かします。バスを使わず歩く、階段を使う、仕事の合間も定期的にストレッチをする…など。体も温まり、むくみ対策になります。
- 簡単なことばかりなので、梅雨の時季も元気に過ごすために続けていきます!(みにっ子)



月刊 SKIP

Home school gourmet fashion intelligence seminar

誌上 Blog

webには載っていない1カ月の総決算!

What's new
●月●日更新
チェンジ&ステップアップ 今年の私は変わります!

Topics

Beauty

髪質の変化や白髪、夏の頭皮のべたつき。 この季節は自宅でできる頭皮ケアがマストです。

私は年齢の割に白髪が少なく髪もしっかりしてます(さすがに最近では少し白髪が目立ちますが)。

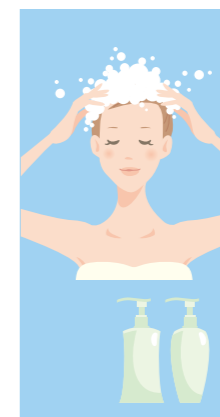
白髪や髪質は、遺伝や体質、食生活など様々な要因がありますが、私的には若い頃からヘアケア商品にも気を使っていたのがよかったのかなと思っています。

髪質にあった美容室専売品を使う、もしくは市販品でも特にシャンプーはこだわって選びます。トリートメントは髪に栄養を与えるものですが、シャンプーは直に頭皮につけて洗うものだからです。顔の皮膚とつながっているから、肌にいいものを選びたいですね。

ここ数年お気に入りなのが頭皮ケアとエイジングケアもできる炭酸シャンプー。週に1度くらいでいいのでコスバもよく、頭がすっきりして髪が元気になる感じ。

洗浄力が強すぎるものだとぼさぼさになるので、保湿感が丁度いいものを選ぶことが大切です。

今の時期は夏の暑さで頭皮もべたつきがちなので頭皮ケアのできるシャンプーはオススメです。いろんな種類が販売されているので自分にあうものを見つけて、取り入れてみてはいかがでしょうか。(M子)



Topics

Animal care

トリミングの大切さを実感している トイプードルなのに3か月トリミングをしていないと違う犬に?

トリミングに毎月来てもらっていたので放置していたらなんと3か月もトリミングをしていなかった。口の周りご飯がついてゴワゴワになっているし、足の肉球の中の毛が長くなりすぎて滑っている、何だか違う犬になっている。慣れた人がいいので来てくれるだろうと待っていたが、さすがに汚くなりすぎているのでトリミングに出すことにした。被毛の中も汚れているだろうから皮膚病になるかもしれない。トリミングの必要な犬種はトリミングをする意味があるのに…と分かっていたのに連れて行かなかったことを心から申し訳ないと思っている。

トリミングが終わって帰ってきた姿を見たら「本当は可愛かったのに」と本当に申し訳ありませんという気持ちになりました。犬のシャンプーにも皮膚を守るという意味があるし、きちんと管理をしないとイケないと再確認をしています。(A子)



staff profile

- スタッフ A子▶いつも元気でパワフルに行動。動物病院は市内なら20数カ所通っているため動物たちの頼れる存在と自負している。
- スタッフ みんにっ▶健康オタクで、食べ物や運動、コスメなど身体にいい物をセレクト。ヘルシーな生活が信条。主に健康情報を担当。
- スタッフ M子▶無類のコスメ好き&美容フリエク。あらゆる美容法も積極的に試す美容オタク系。ブログでは主に美容情報を担当。
- スタッフ ベルッ▶犬も猫も大好き!編集長と一緒にいつも動物たちのことで駆け回り多忙な日々。動物たちに語りかけるのが得意!

美容形成外科 赤坂クリニック
http://www.akasaka-cl.com

おかげ様で開院30年目

ドクターの check!
各治療法や症例の紹介、お得な情報もチェック!

テレビでも紹介された「切らないたるみ治療」
《タブロ》顔(300ライン)初回お試し68,000円

赤坂式オリジナル医療脱毛
V・I・Oライン まとめて4回 75,600円

0120-33-4613
福岡市中央区赤坂1-13-8 赤坂ウィングビル

シミ・肝斑
たるみ・シワ
ホクロ・イボ
わきが・多汗症
眼瞼下垂・目元
二重まぶた
にきび・にきび跡
レーザー治療・育毛
系(各種)によるリフト
医療脱毛...etc

— 信頼できる医療脱毛・美容皮膚科・美容外科をお探しの方へ —

赤坂クリニックは開院30年目を迎えた福岡の老舗クリニックです。



院長／形成外科専門医 木下浩二
【日本形成外科学会認定専門医／日本美容外科学会 (USAPS) 正会員】

- ◆5名の皮膚科・形成外科専門医が、毎日、複数名体制で診療。カウンセリングから治療、アフターケアまで医師が責任をもって担当しています。
- ◆クリニック専用フロアに医療レーザー機器を19種類完備するなど、美容皮膚科・形成外科・美容外科・医療脱毛の専門的対応が可能です。

check! ドクターが本音で語る「ビューティブログ」 各治療法や症例の紹介、お得な情報も掲載しています。

無理に治療をすすめることはありません。まずはお気軽に医師にご相談ください。



皮膚科専門医 中國亜矢子
【日本皮膚科学会専門医／日本皮膚科学会美容皮膚科・レーザー指導専門医／日本美容皮膚科学会評議員】

赤坂クリニック 夏のオススメ人気治療

01 切らないたるみ治療 (一例)

当院では複数のたるみ治療を導入しています。お一人毎に異なるお悩みやご希望を考慮し、豊富な選択肢から医師がたるみのタイプに適した治療法を提案しています。

【ダブロ】 **【ダブロゴールド】** テレビでも紹介された話題のたるみ治療。福岡で2機種から選べるのは当院だけ!

HIFU(ハイフ=高密度焦点超音波)が、しわ・たるみの原因である、ゆるんだ「筋膜層」「真皮深層」「真皮浅層」の各層ごとに狙いを定めて効率よく熱作用を加えます。

安全かつ有効なパワーで施術するために当院ではすべて医師が照射します。

「ダブロ」メニューの一例 ※()内は照射ライン数

【ダブロ・スタンダード】 筋膜と真皮の2層で引き締め
●顔(目もと+両ほほ+あご下)または両ほほ+あご下(各2層)(300) 初回お試し68,000円

最新機種**【ダブロゴールド】**限定の施術
【ダブロ・プレミアム】 筋膜層から真皮浅層まで2層～3層をしっかり引き締め。
●顔(両ほほ+目もと&あご下各2層)(550)……………初回お試し127,500円

院長限定施術! 750ラインたっぷり照射で満足感が違います。
【ダブロ・プレミアム 200ラインプラス】
●顔(両ほほ3層+目もと&あご下各2層)(750)……………初回お試し168,300円

ヒアルロン酸(各種)注入治療 たるみ改善プラス、ナチュラルに返りたい方に。

即効性・安全性に優れ、特長が異なる数種類の製剤から、部位やお悩みに応じて適したもので対応。たるんだ皮膚を持ち上げたり、くぼんだ部分をふっくらさせたり、専門医が量や範囲を見極めて丁寧に注入を行います。

●ヒアルロン酸 各種 料金の一例
＜初めての方限定 お試し価格 1本目のみ＞
・ジュビタームピスタ・ウルトラプラス 0.8ml 62,000円
＜お得な2本セット(計2ml)＞
・ポリフト(シワ)&ポリューマ(輪郭)セット ……131,200円

※上記には手技・処置料として別途3,000円が必要です。

溶ける糸リフト(各種) たるみのたるみ、あごや目もとのたるみなどの改善や予防に。ダウンタイムが少ない特殊加工された溶ける糸を各種揃えています。糸で皮下脂肪を引き上げて皮膚にハリをもたせたり、たるみを引き締めます。

新登場! ダブロをつかったお得な【ハリとたるみの引き締めセット】
皮膚表面から深部までを定期的に引き締めてハリ・たるみを改善!

1 **ダブロ** 両ほほ～あご下 2回 **【筋膜層・真皮深層の引き締め効果】**

2 **YAGレーザーシャワー** 両ほほ～あご下 2回 **【皮膚表面から真皮深層までの引き締め効果】**

3 **イオン導入** 全顔 2回 **【美白・保湿・透明感】**

人気治療を2回ずつのお試しコース **108,000円** (定価145,000円相当)

これも人気! 下まぶたの軽度のたるみ・クマにくアイ・スレッド

下まぶた専用の細い溶ける糸を挿入し、目の下のふくらみやだづつき、凹みなどを改善します。繊細で緻密な技術を要するため行っている病院は少なく、当院では目もと治療の経験豊富な院長が丁寧に診療を行っています。

●アイ・スレッド <<ダーマスプリングアイ>> 両側 20本 **69,300円** ※薬剤費別途5,000円

02 シワ・ワキ汗 ポトックス注射

<表情ジワ>
眉間の縦シワやおでこの横シワ、目尻の笑いシワなどに有効です。効果と安全性に優れたポトックスをシワ部分に注入します。1回の治療で効果は約3～5カ月持続します。

- 眉間……………18,400円
- 両目尻/額……………各25,600円
- アゴの梅干しシワ……………15,300円

※2部位以上の同日治療はお得になります。

<ワキポトックス>
ワキの汗ジミが気になる方に。約3～5カ月間ワキの汗を抑制するので、今の時期に受ける真夏も快適に過ごせます。所要時間は15分程度。痛みも少なく気軽に受ける方が増えている人気の治療です。

- 両ワキ 1回 **58,000円**

※麻酔クリーム代別途2,160円

03 お得な美肌セット治療(一例)

最新ビコレザーを使った**【ビコレザー・フェイシャル】**
くすみ・ハリ・キメの乱れ・脂性肌。1カ月集中治療でお肌がきれいになります!

1 **ピコトニング** 両ほほ 3回 **【くすみ・ハリ】**

2 **ピコ フラクショナル** 両ほほ 3回 **【キメの乱れ・脂性肌・ハリ・くすみ】**

3 **ビタミンイオン導入** 全顔 3回 **【美白・保湿・透明感】**

2週間毎に3つの治療を同日に行う1カ月集中3回セット
お試し価格 **49,800円**(定価62,800円相当)

【ニキビ肌改善セット】
ニキビがきやすい肌質に最適な施術を定期的に行う約2カ月間の集中プラン。

1 **ケミカルピーリング** 全顔 3回 **【角質を除去し毛穴のつまりを改善】**

2 **Gentleレーザー or V-beamレーザー** 両ほほ 3回 **【ニキビ跡の赤みや黒みを改善】**

人気治療①+②を計3回行うお得なセット **49,800円**(定価66,120円相当)

04 目もと治療

目もと治療の経験豊富な木下院長が手術を担当します。

大学病院などで長年、手術を担当してきた院長が、丁寧な手術を行っています。二重まぶたの自然な仕上がりに定評があります。お一人毎に最適な方法を提案しています。

【二重まぶた】 ※すべて両側料金

- 埋没法 **64,800円～**
- 全切開法 **234,800円～**
- 268,000円**

※上記には10,000円OFFの学割アリ!

【その他の目もと治療 一例】

- 人気が! ●上まぶたのたるみ取り
- 眉毛下たるみ取り
- 眼瞼下垂症手術

30年の実績! 赤坂式【パーソナル医療脱毛】夏のおススメ・お得なセット

一番人気! **V・I・Oライン脱毛** ★一生ものの仕上がりで毎月100名以上の実績。

- 少ない回数で仕上がる効果に定評があります。普通肌の場合は4回で満足度90%以上。
- 凸凹のあるV・I・Oラインも照射ムラなくピシッと仕上げます。

- Vライン 4回 **32,000円**
- Iライン 4回 **29,600円**
- Oライン 4回 **23,600円**

更にお得!
V・I・O まとめてお得な4回セット **75,600円**

女性 **うぶ毛脱毛** 6回セットでこの価格!
美肌効果もあって大人気!

- 口ヒゲ 6回 **10,000円**
- 額(眉間含む) 6回 **10,000円**
- 鼻 6回 **10,000円**
- 両頬(左右) 6回 **20,000円**
- アゴ 6回 **10,000円**

6カ所フルフェイス お得な6回セット **60,000円**

男性 **ヒゲ脱毛** 6回セットでこの価格!
毛根の深いヒゲも自信あり。

- 口ヒゲ 6回 **15,000円**
- 両頬(左右) 6回 **25,000円**
- アゴ 6回 **15,000円**
- アゴ下 6回 **15,000円**
- 首 6回 **15,000円**

6カ所フルフェイス お得な6回セット **65,000円**

★掲載料金はすべて税込です。<その他の治療の一例> ●各種できもの切除(保険診療) ●各種育毛治療(注射・サブリ) ●イボ・ホクロの除去 ●ピアス ●タトゥー除去(ピコ秒レーザー・切除手術) など

美容形成外科 赤坂クリニック
福岡市中央区赤坂1-13-8 赤坂ウイングビル 完全予約制

形成外科 ☎0120-33-4613
美容皮膚科 ☎092-734-4613
●診療時間/9:30～18:00(休)木曜午後・日祝

脱毛専用 ☎0120-04-4617
☎092-734-4617
●診療時間/月～土 9:30～20:00 日 10:00～19:00(休)日祝
●カード利用可※保険診療を除く

地下鉄「赤坂駅」1番出口から徒歩1分。

〒815-0825 福岡市中央区赤坂1-13-8 赤坂ウイングビル

ホームページからのメール相談もすべて医師がお答えします!
スマホからもアクセスOK!
www.akasaka-da.com



今月とこれからの
おすすめ情報
ラインナップ

プレゼントの詳細は
<https://skip.fun/>を見てね!

ヤフオクドームツアーがリニューアル! 観戦だけじゃない。ヤフオクドームを楽しもう!!

ドームガイドと一緒に福岡 ヤフオクドームを更に楽しめる「ヤフオクドームツアー」が、今年リニューアル!選手たちが座っているベンチやブルペンなどが見学できる【ドーム満喫コース】や、ドームの屋根や約30mの高さからドーム全体を見ることが出来る【アドベンチャーコース】、ほかに【ココ・コーラシート練習見学コース】【OB解説付練習見学コース】など、ヤフオクドームを最大限に楽しめるツアーが盛りだくさんです!

「ヤフオクドームツアー」
●コース内容/ドーム満喫コース、アドベンチャーコース、ココ・コーラシート練習見学コース、OB解説付練習見学コース、試合終了後フィールド体験コース、おはようコース、おやすみコース、ドーム満喫コース(野球体験付)

※各コースの詳細は、<https://dometour.softbankhawks.co.jp/>をご覧ください。

福岡ソフトバンクホークス株式会社 ドームツアー専用ダイヤル ☎092-847-1699
福岡市中央区地行浜2-2-2 (9:30～11:30 / 12:30～17:00)

佐賀県立宇宙科学館が開館20周年! 夏休みの自由研究は「ゆめぎんが」で!

7月8日で開館20周年を迎える佐賀県立宇宙科学館では、7月6・7日の2日間、感謝の思いを込めて「ゆめぎんがまつり」を開催します。高校生以下は入場無料、プラネタリウム観覧料が無料、イベントも盛りだくさんです。また、今年の夏の特別企画展は「カラクリ展」が開催されます。日本やイギリスの有名な技術者により作られたオートマタ(からくり人形)約50点が一室に展示されるので、からくり人形と遊んで、仕掛けをたっぷり発見してください。

佐賀県立宇宙科学館「ゆめぎんが」夏の特別企画展「カラクリ展」

- 期間/7/13(土)～9/1(日)
- 時間/9:15～18:00 ※7/17～19は17:15まで
- 休館日/7/16(火)
- 料金/大人510円、高校生300円、小中生200円、幼児(4歳以上)100円

佐賀県立宇宙科学館「ゆめぎんが」 ☎0954-20-1666
佐賀県武雄市武雄町永島16351 <https://www.yumeginga.jp/>

イムズ30周年特別企画として 「十二番山笠 天神一丁目」がイムズに登場!

今年で15回目となる博多祇園山笠「十二番山笠 天神一丁目」(飾り山笠)が、開業以来初めてイムズに展示されます。大丸横のバサージュ広場以外での展示は初めて。今年の標題の表は「安曇磯良丸伝説(あずみのいそらまるでんせつ)」、見送りは「記紀伝神功皇后(きぎでんじんぐうこうごう)」です。吹き抜けがあるので、飾り山笠を4面360度と高層階から楽しむことができますよ。

飾り山笠「十二番山笠 天神一丁目」

- 公開期間/7/1(月)～7/14(日)
- 場所/地下2階 イムズプラザ

イムズ ☎092-733-2001 福岡市中央区天神1-7-11 <http://ims-tenjin.jp/>

広い園内をセグウェイでゆったり巡る! セグウェイガイドツアー開催中!

海の中道海浜公園では、今年の4月から、セグウェイに乗って公園内のおすすめスポットを巡る「セグウェイガイドツアー」を定期開催中!インストラクターがしっかりレクチャーするので、初心者の方も安心です。四季折々の花や、青い空と青い海の絶景、森の中など、季節ごとにいろんなコースを巡るので、何度行っても違った景色を堪能できますよ。

「セグウェイガイドツアー」

- 開催期間/～2020年1/31(金)
- 時間/①10:00～12:30 ②13:30～16:00
- 休み/火・水曜日、公園の休園日(6月は毎日開催) ※雨天中止
- 所要時間/2時間30分 ※安全上、途中参加や途中退出はできません。
- 定員/各回6名(事前予約) ●参加費/9,000円(入園料、保険料含む)
- 申込方法/セグウェイジャパンホームページ <https://www.segwaysmile.jp/tour/uminaka/>

※参加条件等、詳細はご確認ください。

海の中道海浜公園 ☎092-603-1111
福岡市東区大字西戸崎18-25 <https://uminaka-park.jp/>

元氣ライフサポート
生活をちよつと楽しくする話
あなたの汗はべたべた?さらさら?
さらさら汗で暑い季節を快適に過ごそう!

汗にはいい汗(さらさら)と「悪い汗(べたべた)」があるのをご存知ですか?エアコンの効いた室内で汗をかかない生活が続くと「悪い汗」になるのだそうです。今回は「いい汗」をかく方法を紹介します。

「いい汗をかくためには汗腺機能を鍛える」
そもそも汗をかくのは体温調節のため。でも、近年はエアコンの普及で体温調節の必要がなく、汗腺機能が衰えるそうです。衰えた汗腺から出る汗は臭いのある「悪い汗(べたべた)」になります。

●有酸素運動で汗腺機能を鍛える
毎日20分程度のウォーキングで汗をかく習慣をつくりましょう。熱中症予防のため涼しい時間帯がおすすです。

●入浴で汗腺機能を鍛える
お湯の温度が高すぎると一気に汗が出て体温調節ができずのぼせてしまいます。38℃程度のお湯で半身浴しましょう。また、熱いお湯にひざ下を10分程度つける足湯もおすすです。

●食べ物で汗腺を鍛える
汗をかきやすい体にするため、血行を促進する「生姜」や代謝を高める「酢」を積極的に取り入れましょう。

「いい汗」はさらさらで無味無臭。汗腺機能を高めて、夏を快適に過ごしましょう。

アミノ酸・クエン酸が豊富な「黒酢のサブリ」で、体もスッキリ!

水と大地の黒酢 1,680円(税込)1袋62粒入り 送料 無料

アミノ酸含有量 一般的な米酢の約200倍!
熟成黒酢をそのまま減圧高濃縮法でギャットソフトカプセルに凝縮しています。

お問い合わせ・お申し込みは
☎0120-200-777
●9:00～18:00 毎日受付(年中無休)
※携帯電話からもご利用できます。

FAX 0120-200-779 ●24時間受付
✉info@200777.jp
元氣ライフサポート
株式会社アサヒライフフィックス 元氣ライフサポート事業部
福岡市博多区博多駅前3-5-15

院長が診察、治療、アフターケアまですべて担当します。



院長 増田 禎一
九州大学医学部卒。東京警察病院形成外科、ニュージラード・オーストラリア形成外科留学後、九州大学へ。美容形成外科に勤務後、2012年10月開院。
日本形成外科学会認定専門医 / 日本美容外科学会会員 (JSAPS) / 医学博士 (九州大学)



形成外科専門医であり、美容外科・美容皮膚科医としても経験豊富な院長が総合的に診療を行います。まずはお気軽にご相談ください。
自由診療、保険診療ともしっかりと時間を取って丁寧に診療。質の高い医療を良心的な費用で提供しています。

●掲載価格はすべて税込。目元治療は両側の価格です。

シミの治療

紫外線が原因のシミやソバカス、女性ホルモンが関与している肝斑には、各種レーザー治療が効果的です。シミではなく皮膚癌だったということもあるので、必要に応じて病理検査も行い総合的に診療します。またシミ、くすみを改善しながら肌質も若々しくなる「トレチノイン・ハイドロキノン療法」も人気。お一人毎に院長がスキンケアをカスタマイズする医療機関のみのプログラムです。



- シミ取りQヤグレーザー 1cm 21,600円
- レーザートニング 肝斑治療 顔全体1回 10,800円
- トレチノイン・ハイドロキノン療法
1カ月あたり2~3万円程度(お一人毎にカスタマイズするため費用は診察時にお伝えしています。)
- イオン導入(ビタミンC誘導体) 顔全体1回 3,780円

ワキの多汗症治療

洋服にべったりとワキの汗ジミが…。暑い季節は特に気になる方も多いと思います。ワキの汗が気になる方に有効なのが、ボツリヌストキシンという薬剤をワキに注入する治療法です。1回の治療で汗の生成や分泌を約3~6カ月程度抑えることができます。今の時期に受けて夏を快適に過ごす方も多いようです。短時間の処置で効果が増えています。制汗剤などで効果を感じられない方にもお勧めです。院長が診察からすべて担当し、注入範囲や量を見極めて丁寧に診療を行っています。

- ワキ多汗症ボツリヌストキシン注入 両ワキ 64,800円

眼瞼下垂 / まぶたのたるみ

まぶたが被さって黒目が細くなった状態は眼瞼下垂の可能性がります。まぶたのたるみが原因の場合は、眉毛下リフトアップなどのたるみ取り手術が適しています。視野が狭く感じるなど機能障害を伴う「老人性眼瞼下垂」は、保険適用で治療可能な場合も。まぶたの状態は個人差があるので、専門医である院長がまぶたの厚みやたるみ具合、瞳の開閉具合などを診察し、美容的な仕上がりを考慮して総合的に診療しています。

- 老人性眼瞼下垂 保険適用
- 上まぶたのたるみ取り 眉毛下リフトアップor 睫毛上リフトアップ 216,000円
- 二重まぶた 埋没法 64,800円 切開法 162,000円

天神形成外科クリニック
☎092-738-1155 完全予約制
福岡市中央区天神2-4-12 コスモ天神ビル3F
(営)月~水 9:30~13:00 / 14:30~18:30 木土 9:30~13:00 (休)日祝
<https://www.tenjin-keiseiseika.jp/>

その他の診療
＜自由診療＞ 下まぶたのたるみ取り、シワ注入治療(ヒアルロン酸など)、たるみ治療など
＜保険診療＞ ホクロ・老人性イボ・脂肪腫などの皮膚腫瘍、傷跡など

マザールーフからのお願い

保護した犬や猫たちが高齢になり、病気を抱えたものが増えてきています。病院での検査代や治療代、薬代などの費用が思いのほかかかっていますので、ぜひ皆様のご支援をお願い致します。

犬と猫が多頭のため、トイレ問題が切実です。室内でも排尿しますので、**ペットシート**がいくらあっても足りません。使わないペットシートがありましたら、頂けるととても助かります。

野良猫の親子を保護しました。この親子だけでなく、マザールーフにもたくさんの猫がいますので、**キャットフード(未開封)**が必要です。ぜひご支援ください。家に余っているものなどでも大丈夫です。

マザールーフ事務局
福岡市中央区舞鶴3-1-24
TEL 092-714-3937 (SKIP編集部内)

●郵便振替 振替口座番号 01730-0-108697
口座名:「マザールーフ」事務局
●銀行振込 福岡銀行 本店営業部 普通 5073780
口座名:マザールーフ 代表 原田敦子

Present

2019年7月15日 必着

★プレゼントの当選は発送をもって発表にかえさせていただきます。
★賞品の発送は、編集部または賞品提供会社より行います。📍マークは編集部又は提供先に取りに来て頂きます。
☆ご応募いただいた読者の皆さまの個人情報は、賞品発送のために利用し、この目的以外には利用いたしません。

応募方法
本誌で面白いもの、面白くないもの、各3つと(できればその理由)、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、職業、SKIP入手方法、ご希望の賞品を明記の上、右記の方法でご応募ください。
●あなたのお勧めのグルメ(美容情報)又は、お勧めの飲食店(グルメ)などクチコミ情報もご記入ください。当選の有無に関わらず面白い情報は、SKIP読者のクチコミ広場に掲載させていただきます。(その際のペンネームもご記入ください。)

【ハガキ】〒810-0073 福岡市中央区舞鶴3-1-24-302 月刊SKIP編集部「7月号プレゼント係」まで
【FAX】092-715-8490
【メール】skip-but@gekkan-skip.co.jp
【WEB】<https://skip.fun/>
★WEB限定のプレゼントもあります。時々チェックしてね!

1 「富野由悠季の世界 -ガンダム、イデオン、そして今」招待券 ヘア5名様

「機動戦士ガンダム」、「ガンダムGのレコンギスタ」などの「ガンダム」シリーズの他、「伝説巨神イデオン」といった数多くのオリジナルアニメーションの総監督を務め、国内外のアニメーションに多大な影響を与えてきた富野由悠季の初の展覧会!映像、絵コンテ、ボスライラスト、模型などの貴重な資料を展示します。トミノワールドの全貌をご覧ください。

●会期 / 6/22(土)~9/1(日)
●時間 / 9:30~17:30 ※7/8月の全土曜日は20:00まで(入館は開館の30分前まで)
●休館日 / 月曜日(ただし、7/15-8/12は開館、翌日休館)
●会場 / 福岡市美術館(福岡市中央区大濠公園1-6 ☎092-714-6051)
●観覧料 / 一般1,400円、高大生700円、小中生500円

提供 / 「富野由悠季の世界 -ガンダム、イデオン、そして今」広報事務局(西日本新聞イベントサービス) ☎092-711-5491 <https://www.fukuoka-art-museum.jp/>

2 「ラファエル前派の軌跡 ターナー、ラスキンからロセッティ、バーン=ジョーンズ、モリスまで」招待券 ヘア5名様

「自然に忠実に」と唱えた美術評論家ジョン・ラスキンの信念のもと、ロセッティやミレイら若い画家たちが結成した「ラファエル前派」を軸に、風景画を刷新したターナー、明治の日本にも影響を与えたバーン=ジョーンズ、近代デザインの父ウィリアム・モリスに至る絵画や工芸、貴重な書籍など約150点を紹介。英国19世紀美術の流れを一望のもとに迎えます。

●会期 / 6/20(木)~9/8(日)
●時間 / 10:00~17:00 ※7/17-8/18は18:30まで(入館は開館の30分前まで)
●休館日 / 月曜日(ただし、7/15-8/12は開館)
●会場 / 久留米市美術館 ☎0942-39-1131
●入場料 / 一般1,000円、シニア700円、大学生400円 ※高校生以下無料

提供 / 久留米市美術館 ☎0942-39-1131 久留米市野中町1015 <https://www.ishibashi-bunka.jp/kcam>

3 「ロバート激ヤバ祭 ~トウトウ版画・邪念0・ナイロンJ・接しやす〜いサークル大集合SP〜」招待券 ヘア5名様

結成20周年を迎えたお笑いトリオ・ロバートが生み出してきた、激アツで激ヤバなコントキャラクターが、ルコムミュージアムに集結!ロバートの過去から現在に至るまでのコントの中から、厳選したコントを体感しながら展示形式で楽しむことができる展覧会です。人気コントを見て、聞いて、体験したら、クラブに入部したくなりますよ。

●期間 / 6/28(金)~7/16(火)
●時間 / 10:00~20:30 ※最終日は18:00まで(入場は開館の30分前まで)
●会場 / ハルコファクトリー(福岡市中央区天神2-1-11 福岡ハルコ本館8階 ☎092-720-9000)
●入場料 / 一般500円、学生400円 ※小学生以下無料

提供 / 株式会社よしとクリエイティブ・エージェンシー <https://art.parco.jp>

4 「エレメンタリー ホームズ&ワトソン in NY シーズン6」DVDリリース記念 オリジナルQUOカード 3名様

前シーズンのラスト、ホームズは幻覚で母親の姿を見るようになり、脳のMRI検査を受けた結果、重大な病気を患っていることが発覚する。探偵休業!?ホームズに襲いかかる病とは!?シャーロック・ホームズが女性のワトソンと現代のNYを舞台に難事件の捜査に挑む、全世界大ヒットのスタイリッシュ痛快犯罪ミステリーの第6章が7月3日(水)よりDVDリリース&レンタル開始!ルーシー・リューが扮する「女性版ワトソン」の大人がわいしいスタイルも要チェック!!

●DVD-BOX Part1 7/3(水)発売 第1話~第12話(6枚組) 9,300円(税別)
●DVD-BOX Part2 8/7(水)発売 第13話~第21話(9枚組) 9,300円(税別)
●同時レンタル開始 DVD Vol.7~11

TM & © 2018 CBS Studios Inc. CBS and related logos are trademarks of CBS Broadcasting Inc. All Rights Reserved.
提供 / NBCユニバーサル・エンターテイメント <http://www.nbcuni.co.jp/>

イベント情報 ※料金は全て税込

ヨーロッパ企画第39回公演 「ギョエー! 旧校舎の77不思議」
6/29(土)より発売!

●日時 / 8/31(土)開場12:30 開演13:00
開場17:30 開演18:00★
9/1(日)開場12:30 開演13:00

★の回は出演者によるおまけトークショーあり
●会場 / 西鉄ホール
●料金 / 前売5,000円(当日5,500円)(全席指定) 学生シート(前売のみ)3,000円(当日座席指定、引換時要学生証)
※未就学児童入場不可

ヨーロッパ企画福岡公演事務局 ☎092-711-8002 (平日10:00~17:30)

舞台「どれミゼラブル!」
7/6(土)より発売!

●日時 / 10/30(水)開場18:30 開演19:00
10/31(木)開場12:00 開演12:30
●会場 / もちバレス
●料金(全席指定) / 8,800円 ※未就学児童入場不可
●出演 / 松本幸大(宇宙Six/ジャニーズJr.)、室龍太(関西ジャニーズJr.)、石垣佑磨、岩田華怜、金田哲(はんにゃ)ほか

キョードー西日本 ☎0570-09-2424

あなたの本づくりをサポートします!!

個人出版から、企業出版まで。SKIP編集部のスタッフが、あなたの出版の夢を実現するためのお手伝いをさせていただきます。詳しくはお気軽にお問合わせください。

(有)パットコーポレーション ☎092-752-4305
福岡市中央区大手門2-2-5

詩 歌 句集 小説 エッセイ 自分史 写真集 絵本 社史 PR誌

シミ・シワ・たるみ 美肌治療専門クリニック

レーザー・光・RFによる美肌治療のスペシャリストが院長です。



三原 実穂 (61才)
院長 / 医学博士



- ★開院17周年を迎えた、切らない美肌治療に特化した美容皮膚科です。
- ★当院独自の特殊な照射技術。他院で効果に満足できなかった方も通われています。
- ★効果と安全性にこだわったドクター照射を行います。(脱毛やファットインパクトなど一部を除く)
- ★医師がカウンセリングを行います(無料)。勧誘は一切ありません。



▲美容雑誌で話題の最新治療機15種以上。

7月・8月限定! お得な企画

ほうれい線や口周りのシワに! 【アール式ヒアルロン酸注入】

即効性に優れ、注入直後から効果がわかります。美肌専門ドクターが高品質なヒアルロン酸を丁寧に注入。痛みも少なくナチュラルな仕上がりが、深いほうれい線や大シワに効果的!

- 1本 (1.0ml) 通常価格 67,000円(税込)
- 7・8月限定 特別価格 **60,000円(税込)**
- ※1本の目安...左右のほうれい線に使用できます。



顔汗【ボトックス「新」水光注射】

汗ばむ季節にオススメ!
水光注射に新メニューが登場!
顔汗を抑えてメイク崩れを防ぐ!
ホットフラッシュ時の顔汗対策にも!

ボトックスを「新」水光注射でお顔全体に均一に注入。汗の量を抑えて毛穴の開きも縮小するので、汗や皮脂によるメイク崩れを軽減します。暑い時期も顔汗知らずでお肌さらさら、快適に過ごせます。

- 導入記念 顔全体 1回 **50,000円**

肝斑(かんぱん)・くすみ

従来の治療で取れなかった肝斑に。
当院看護師も絶賛!

【「新」水光注射 肝斑ホワイトニング】

美白成分トランキサム酸や、グロソファクターなど肝斑に特化したカクテルを水光注射でお肌均一に注入。頑固な肝斑にオススメです!



▲「新」水光注射 (Bella Vitaヴェラビータ)を導入!

- 1回 **10,000円**



他院の光治療で逆に濃くなった、広範囲の肝斑。短期間でキレイに改善しました。

レーザーニングよりも効果の高いハイパワー版!

【フォトナ カーボンピーリング】

国内唯一のハイパワー照射を安全に行える「フォトナ」。アール独自のカーボンピーリングで、他院で取れなかった肝斑も改善!

- 初回お試し 1回 **8,000円**~

- (ウルセラリフト) (ウルトラフォーマー3)
- アール式ニキビ光療法 10,000円~
- ニキビ跡治療 eCO2 19,000円~
- 医療レーザー脱毛

R 美容皮膚科 福岡アールスキンケアクリニック <完全予約制>

福岡市中央区大名2-1-53 天神吉田ビル4F ● 診療時間/月~土 10:00~18:30/日 10:00~18:00

☎0120-781-710 ☎092-735-1710 ● 休診/水曜・日曜不定休

※クレジットカード利用可 ● ご相談もお気軽に! E-mail info@r-fukuoka.com ● 福岡アール ● 検索 https://www.r-fukuoka.com/

日本初導入!

毛細血管拡張症・赤ら顔

従来の治療では難しかった肌の赤みに!

【トンアップ (TONURV)】

ダイオードレーザー初の760nmと1064nmの2つの波長を搭載した最新レーザー。院長、スタッフが体験し安全性と高い効果を実証し、日本初導入しました!痛みやダウンタイムの心配なく、今まで難しかった小鼻の毛細血管拡張症にも対応!肌の赤み、赤ら顔に有効で効果が期待できます。



◀従来の治療では改善が難しかった、このような小鼻の毛細血管拡張症も改善が可能です。

- 毛細血管拡張症 1回 **10,000円**~
- 赤ら顔 1回 **30,000円**

ボディの美白にもオススメで、肌のすべすべ感や脱毛効果も期待できます。

- ボディ美白 首から下 1回 **80,000円** (白玉点滴付き!)

シミ・美白 専門外来

当院一番人気!

シミ、くすみからたるみ改善まで1度でできる!
モデルやタレントさんも大絶賛の最強SRAは当院だけ!

【eプラススーパー アール式】

特殊な技術を要する最強パワーのSRAを用いたアールにしかできない治療です。痛みも少なく満足度が違います。顔全体のシミやソバカス、くすみも除去して透明感アップ。同時にたるみもリフトアップ。この治療ひとつで若々しい印象に。

- 顔全体 初回お試し **25,000円** ※2回目以降52,000円

【シミ取りレーザー】

- 1mm **1,000円**~

お顔も首も、ボディも。全身の美白が叶う!

【白玉注射(美白点滴)】

- 初回お試し **8,000円** ※2回目以降11,000円

人気芸能人や海外セレブがハマっている全身美白の点滴。憧れの白肌に!

里親募集!!



かりんちゃん(左)・なつちゃん(右)・1才♀
▲「ハチミツ」があなたの4匹の子どものうち、まだ里親さんが決まっていない2匹です。ぜひ猫好きの方に! 猫が大好きな方に! 猫が大好きな方に! 猫が大好きな方に! 猫が大好きな方に!

▲「ハチミツ」の姉妹のミケ猫母さんの娘たちです。すいぶん馴れてくれ、抱っこもなつかしくできるようになりました。食欲があり健康状態良好。トイレもすぐに覚えてくれました。遊びたくてたまらない時期ですが、ケージの中の生活。はやく里親さんが見つかることを願っています。 ※避妊済み

▼キジ猫ちゃん・推定1才・どちらも♀



▲昨年、おそらく虐待により鼻と顎がくだける重症をおった猫が保護され、幸運にも優しい里親さんが見つかりました。その同じ場所で仔猫を保護。「危険な目に合わないうちに」と保護主さん。たくさん猫を保護しており、経済的にも大変な状態です。猫同士の相性が悪くゆっくりと過ごせない猫もいます。里親さんはもちろん、ご協力いただける方がいらっしゃいましたらご連絡ください!!



ハッチ(左)、キキ(右)・2才♂
まだ里親さんが決まっていますが、とっても人懐っこく、甘えん坊。人見知りもしません。健康状態良好です。生涯、家族の一員として大切にしてください。 ※去勢済み



シナモンちゃん(左)・まりもちちゃん(右)・1才♀



▲突然現れ、衰弱していたため保護。元気に回復しています。まだ、幼さが残っているかわいい男の子です。



10才♂ ※去勢済み。

里親希望の方はまずはメールで! E-mail skip-but@gekkan-skip.co.jp FAX又は郵送で書類をお送りします。

◆猫の一時預かりボランティア募集!! ◆ドッグ&キャットフード募集!! ◆不妊手術、里親募集活動をしている皆さんと分けさせていただいています。

イマガワ様、ニツタ様、オクナガ様、ホカコ様、ウエスギ様、ウチムラ様、ウエムラ様、カワチ様、ご寄付をありがとうございました。この場をかりて、お礼状にかえさせていただきます。

里親募集の掲載は原則1回とさせていただきます。継続して掲載ご希望の場合は、ご連絡ください。

「もしも愛犬・愛猫がいなくなったら」「もしも迷子犬・猫を保護したら」

ふくおか動物情報ネットワーク
http://sites.google.com/site/ouchinikaerou12/home

福岡県動物愛護センター ☎092-944-1281
http://www.zaidan-fukuoka-douai.or.jp/

福岡市動物愛護管理センター (東部) ☎092-691-0131
http://wannyan.city.fukuoka.jp/ (西部) ☎092-891-1231

ウェブサイトの迷子情報・保護情報をチェック!

●引越して瘦せた。階段を何度も何度も上り下りして重い荷物を持って動いた。知らないうちに痩せていた。摂取カロリー以上に運動量があったようだ。しかし引越してからは大変だ。荷物を捨てた。自分がかつて会社で引越してしまえば、自分の家の引越してしまえば、捨てる暇はなかった。それに荷物の多さは驚くほどで、今も段ボールの山の中で寝起きをしています。いったいいつ片付くのか。

●しばらく体幹トレーニングに行けてなかった。筋肉落ちた。階段が何回も何回も引越して下半身ビルディングができました(笑)。以前のビルディングが4階建て。荷物で負荷がかかり階段の登り降りは何よりの筋力。きついで鍛えられていた実感があり、楽しかったです。(痩せてはいないけど)

●我が家の「ちびつちよ」が11歳で虹の向こう側。何頭も見送ってきまして(以前、もう慣れましたか?とどうもに絶句...)。一頭一頭とそれぞれ個性があり、その絆は最期のときまで深まっていくもの。一緒に過ごす時間をもっと大切にしよう!!

●先日、大学の同窓会に参加して、20年以上ぶりにクラスメイトと会ってきました。みんな変わってないことに驚きつつ、思い出話などで盛り上がりました。4年間の色んな出来事を共有しているけど、記憶に残っている部分がそれぞれ違うのが面白かったです。

●一応会社の引越しが終わりました。早速入稿作業とバタバタしています。最近の困り事は慣れ親しんだコンビニが遠くなり、同じ名前が違うコンビニに行くのですが、何だか違うなあと感じてしまっ、つい自転車に乗って元のコンビニまで行ってしまっ事です。

編集後記

月刊SKIP7月号 No.269

発行/(有)BUTコーポレーション
広告・編集のお問合わせ/
編集部 ☎092-714-3937 FAX 092-715-8490
福岡市中央区舞鶴3-1-24
https://skip.fun/

月刊SKIP定読申込方法

発行人・編集人★原田 敦子
デザイン★penguinstudio
表紙イラスト★スターリングクラフツ

月刊SKIP設置店

<中央区> BODY RESET/アンジェリーク/ヴァリエホテル天神/ノース天神/赤坂クリニック(4F-5F)/漢方みず堂 赤坂店 他
<博多区> 中洲大洋劇場/豊永酒店 他
<その他> アンビオンズ/福岡タワー/休暇村志賀島/久山温泉ホテル夢家/キャビンホテル/漢方みず堂 新生堂薬局五条店 他

ホームページ、スマホサイトがリニューアル!

QRコードで今すぐアクセス!