ココラデ

FREE 9 2017

ボディメンテ特集
夏ダメージをリセット

インタビュー
日経BP総研 上席研究員
渡辺 和博さん
株式会社日本百貨店 代表取締役
鈴木 正晴さん

ここらで体験記
南紀白浜マリオット
ホテル内覧会

開校！たなべ大学

VOLUME 024
2017年9月1日発行
icolab イコラボ
あなたといいコラボ

MOTOR WAKAYAMA
車のことなら お任せください！
笑顔がトレードマーク
営業担当 横矢 まみ
モータロウ
アウトドアが大好きなアクティブガール☆
趣味は、釣り・スケボー・オフロードバイクetc.
実は少林寺拳法2段（団体競技で全国優勝経験アリ!）
スズキモーター和歌山 アリーナ東山
〒646-0022 和歌山県田辺市東山２丁目31-20
TEL 0739-24-0195 FAX 0739-24-8749
営業時間 9:00～18:00 月曜定休日(祝日除く)
9月の「モーター和歌山の日」は10日(日)となります
紀勢本線 GEO 大和屋 コンビニ ヤマダ電機

保険のことは 専門家に 無料相談
◆生命保険、介護保険
◆自動車保険、火災保険
◆持病がある方も 申込みしやすい保険 等
外貨建てや一時払いの生命保険 商品の取扱いもございます
ニッポンの いいもの プレゼント 詳細は店舗またはホームページへ
10/1(日)までの期間中、保険の無料相談にご来店のお客さま対象
合計500名様に 抽選で 当たる！
東北の米 職人醤油 オリジナル カッティングボード
※写真はイメージです
ほけんの窓口
パビリオンシティ C館 1F
パビリオンシティ田辺店 募集代理店 ほけんの窓口グループ(株)
☎0739-24-6580
ほけんの窓口 パビリオンシティ田辺店 検索
何度でも相談無料
キッズコーナー 授乳室あり
■田辺市稲成町新江原3165パビリオンシティC館1F ■営業時間10時～19時 ■定休日なし ■無料駐車場あり

月々1万円から乗れる フラット7
全メーカー人気の軽が選べます!!
新車の軽自動車が 車検こみ 自賠責こみ 自動車税こみ マット&バイザーこみ オイル交換こみ 諸経費こみ
節約できる乗り方! 月々コミコミ 1万円!!(税別)
7年間の自動車にかかる全ての費用が月々1万円(税別)!!
維持費を抑えたい方におすすめのマイカーリースプランです。
DAIHATSU TanTo
ダイハツ タント(グレードL) ・フル装備・Wエアバック ・キーレス・オーディオレス
■車両本体価格1,220,400円(税込) ■ボーナス時30,000円(税別)×14回 ■頭金0円 ■7年リース
SUZUKI HUSTLER
スズキ ハスラー(グレードA) ・フル装備・Wエアバック ・キーレス・オーディオレス
■車両本体価格1,078,920円(税込) ■ボーナス時30,000円(税別)×14回 ■頭金0円 ■7年リース
軽 さんきゅっぱ 39.8万円 専門店
株式会社木下モータース田辺店
☎0739-26-0398
田辺市東山1-14-6 木下モータース 検索
営業時間/9:30～19:00 火曜定休日
COUGER オーシティ パチンコ123

昨年は地球10周分走りました♪
5年連続 11台の最新型車両導入実績
田辺観光バス ティー・シー・トラベル TEL 0739-43-3363
西牟婁郡白浜町堅田2434-1

発行 イコラボ 〒646-0061 和歌山県田辺市上の山1-3-28 TEL.0739-34-3344 FAX.0739-34-3343 メール info@icolab.jp

「地元のええものをヒット商品に」

思わぬものがヒットすることがある。その中には伝統工芸品や郷土料理など、当たり前のように古くからあるものも少なくない。では従来のものと何が違うのか―。日経BPのシンクタンクの1人としてマーケティング戦略を研究する、みなべ町出身の渡辺和博さん、そして全国の生産品と消費者、“作り手と使い手の出会いの場”作りを続けるトップバイヤー、日本百貨店の鈴木正晴さん、この両氏に話を伺った。

膨大なデータからヒット商品開発の戦略を練るエキスパートである渡辺さんは「今、首都圏ではいろんな地域の“ええもの”を求める消費者が増えてる傾向にあり、百貨店やスーパー、コンビニも横の競争が激しいので、それぞれが地域のものを発掘して自店の売りにしようとしています」小売店だけでなく地方創生やふるさと納税など、大きな流れとして日本の製品に注目が集められているという。実際に日々店頭で商品の動きを見ている鈴木さんも「昔って海外のものが格好良かったじゃないですか。今はそうじゃなくて、靴を買うにしても日本の職人のものだったり。やっぱり価値を認めてもらってるってことなんでしょうね」日本製の商品に対する消費者の反応の良さを感じるという。

ただやはり、ヒット商品とそうでないものに分かれてしまう現実はある。地方の商品に求められることは、品質・作り手・安さ。産地であることのブランド力や、食品であれば新鮮さ。そして地方に対する人柄のイメージ、仕事に対しての誠実さ、また昔ながらの製法を守り続けるといった希少性なども挙げられる。だが安さに関しては逆のことが多いのだとふたりは口を揃える。と言うのも高品質のものを丁寧に作れば自ずとコストはかかり、必然的に隣の商品より200円高くなってしまう。だがその工程が明らかになると、その200円の差が寧ろ安く感じられることがある。これだけ手をかけて作られている、などの付加価値だ。そう、この200円の差を埋めることができれば、そこに価値が生まれる。希少性を希少価値に変えるには、そういった努力が必要になる。販売員の提案や店頭ポップもそのひとつ。「いくらでも良いものがある時代なので、皆さんその中でより納得して買いたいんですよね」と鈴木さんは言う。そして消費者の心を動かす商品価値に不可欠なのが“思いやり”なのだという。地方の特産物を販売する際に調理法もパッケージにわかりやすく示す、それも思いやり。商品開発やターゲットのニーズを考える上でも思いやりは全ての根幹となる大切なもの。その商品を食べる人や使う人をいかに想像できるか、商品の行先に居る人々に「想い」を遣る、当たり前のことのように見えて改めて聞くとハッとさせられる。確かに身の回りにある世のヒット商品も、便利で気が利いて、そして優しいと感じるものが多い。相手の立場に立って物事を考えるのはいつだって日本人の得意技だったと気付かされる。

「商工会議所が日本百貨店でイベントをすることもあるので、“じゃあうちの商品を持って行ってよ！”と積極的に参加してチャンスを活かしてほしいです。思ったような成果が上がらない時は反省して、次の商品開発に活かせばいいんです。チャレンジしなければ反省のチャンスまで失ってしまいます。それはとてももったいないことです」自身も失敗や反省を重ねながら、結果を出せるようチャレンジし続けているという鈴木さん。渡辺さんも「積極的に行動したり人の話を聞いたりして、広い視野と知見を持てば、自分達が持つものの良し悪しも判定できます。地方には良いものがたくさんありますから、地域が生き残るための第一歩として積極的に体を動かして、見て、学んで」と故郷に熱いエールを贈る。インターネットの普及や地域ごとのアンテナショップ展開、さらに日本百貨店のようなセレクトショップなど、商圏のボーダーレス化はますます盛んだ。愛すべき地元の“ええもの”がヒット商品に変わる日を目指したい。



日経BP総研 上席研究員
渡辺 和博さん

株式会社日本百貨店 代表取締役
鈴木 正晴さん

EVENT 9 September



たなべ大学

- 日時：9月1日（金）～7日（木）
- 場所：田辺市街
- 内容：大学生がキャンパスを飛び出し、田辺のまちでビジネスに挑戦するトライアルショップイベント
  ※本紙3ページをご覧ください
- 詳細：https://tanabeuniv.wordpress.com/

自然観察教室
「夜鳴く虫をさがそう」

- 日時：9月9日（土）19:00～20:30
- 集合：ふるさと自然公園センター
  ※要申込、小・中学生以下は保護者同伴
- 持物：懐中電灯・ビニール袋など
- 服装：長ズボン・長袖・長靴・手袋など
- 問合：ふるさと自然公園センター
  TEL.0739-25-7252

第10回 すさみちマルシェ

- 日時：9月10日（日）9:00～16:00
- 場所：道の駅すさみ
- 内容：まぐろ解体販売（10時頃～）、物産市、屋台ブース、アーチ橋組立体験、コンクリート小物製作体験など
- 問合：南紀道の駅すさみ
  TEL.0739-58-8888

救急体験イベント（小雨決行・荒天中止）

- 日時：9月10日（日）9:30～12:30
- 場所：パビリオンシティ田辺店C館前広場
- 内容：1日救急隊長任命式、応急手当普及啓発、小児・乳児の心肺蘇生法、AED体験コーナー、はしご車体験乗車（抽選）、救急車の展示（撮影可）、健康ダンス、消防団音楽隊演奏会など
- 問合：田辺市消防本部 警防課
  TEL.0739-33-9069

第10回 市民活動まつり
がんばろう市民活動！

- 日時：9月10日（日）10:00～15:00
- 場所：紀南文化会館1階展示ホール
- 内容：ガラガラ抽選会、田辺再発見ウォーク、縁日、飲食ブース、わんちゃんふれあいコーナー、超烏人ガイナのトーク&ヒーローショーなど
- 問合：市民活動まつり実行委員会事務局
  TEL.0739-26-9833

ふぉすたーサロン
保育のしごと応援カフェ

- 日時：9月11日（月）13:00～15:30
- 場所：よりみちサロンいおり
- 内容：保育の資格はあるが未経験…、そのうちにまた復帰したい…、ブランクが不安…など気軽に話せる保育士なんでも相談
- 申込：9/4（月）締切
- 定員：5組（1組様4名まで）
- 問合：紀南福祉人材バンク TEL.0739-26-4918



空の日フェスタ2017 南紀白浜

- 日時：9月30日（土）13:00～16:30
- 場所：南紀白浜空港
- 内容：航空機展示、ヘリコプター救助訓練 化学消防車と綱引き（小学生以下）、空の日コンサート、抽選会など
- 問合：南紀白浜空港管理事務所
  TEL.0739-42-2348

情報は主催者側の都合により予告なく変更される場合がございます。詳しくは主催者側またはお問合せ先にご連絡下さい。何卒ご了承下さい。

イベント制作／音響・照明・演出／タレントブッキングに関することなら何でもご相談ください。
AHS Stage
AHS エイ・エイチ・エス ステージ部門
TEL/FAX 0739-34-2956
http://ahs-web.com

HAPPY HAPPY TICKET
ハッピーハッピーチケットのご案内
内気な営業マンを抱える高垣工務店にお客様をご紹介くださると、そのお客様がご成約に至った場合、ご紹介した方とされた方どちらにも5万円分のオリジナル商品券を進呈させて頂きます。但し使用できるのは高垣工務店でおうちを建てられたOB様のお店です。
紹介した方もハッピー♪ ご紹介された方もハッピー♪ 高垣工務店もハッピー♪
泣いて、笑って、人生トゥゲザー。
株式会社 高垣工務店
〒646-0025 和歌山県田辺市神子浜2-20-14
TEL 0739-25-2768 FAX 0739-25-2769
FREEDIAL 0120-92-7768
高垣工務店のスタッフ紹介
お客様窓口担当 弘中 佑弥 ひろなか ゆうや
（愛称／カープ 出身／広島）
初めまして！お客様窓口の弘中佑弥です。
社内では「カープ」と呼ばれています。
学生時代に広島に住んでいたことが
名前の由来です！いたってシンプル（笑）
お酒が弱いくせに、バーの雰囲気が好きで
たまに行っちゃったりもします。
田辺を第三の故郷にするために、
日々楽しみつつ頑張っています！
渋めな印象の私ですがこう見えて23歳です
高垣工務店の“なんかいい”ところが気になる方は 高垣工務店 検索

保険見直し・相談
LifeSalon
新たな門出に備えて ふたりではじめる これからの保険相談
ご予約・お問合せは
ライフサロン南紀田辺店
0120-235-260
ライフサロン南紀田辺店 検索
田辺市宝来町8-13 営業 9:00～18:00 水曜定休

秋美人♪ 溜まった疲れ今すぐリセット
フェイシャル&スリムボディ月額制 ・月1回コース（税抜）¥7,500～ ・月2回コース（税抜）¥13,000～ ・月4回コース（税抜）¥15,000～ 入会費無料 ※月々払いシステム
BODY ボディ
リラックススペシャルコース 6,000円（税抜）
通常9,000円（税抜）→
右記コースより3つお選びください。
背中トリートメント フットトリートメント デコルテトリートメント ヘッドトリートメント
スリムボディコース 2回 通常34,000円（税抜）→ 20,000円（税抜）
スーパーSV脂肪溶解 + カッサトリートメント
FACIAL フェイシャル
夏バテ肌の疲労回復コース 7,000円（税抜）
通常12,000円（税抜）→
クレンジング ▶ 毛穴そうじ ▶ 炭酸洗顔 ▶ エレクトロポレーション ▶ 水分補給パック ▶ お仕上げ
REMOVAL 脱毛
顔全体脱毛
1年6回 通常30,000円（税抜）→ 24,000円（税抜）
2年12回 通常48,000円（税抜）→ 33,600円（税抜）
トラブル別体験コース 2回 5,000円（税抜） ハピエストスタッフおすすめ ※2回目別メニュー
1回目 肌カウンセリング ▶ デコルテトリートメント ▶ クレンジング&炭酸洗顔 ▶ 肌別メニュー お肌のトラブルに応じて全9種類から選択 ▶ フォトフェイシャル コラーゲン・ヒアルロン酸導入 ハリ・毛穴・シミ改善 ▶ 高濃度O2美容 高濃度の酸素と共にシミ・シワ用の美容液導入 ▶ お仕上げ 肩・ヘッドトリートメント
Before After 山下芳美様（80歳）
大人気 スリムボディ体験コース 1回 5,000円（税抜）
スーパーSV脂肪溶解 スーパーSV痩身3大効果 ❶セルライト、脂肪溶解（サイズダウン） ❷引き締め効果（コラーゲン繊生効果） ❸老廃物除去、体質改善（デトックス）
PRセルライト分解 ハンドトリートメントの100倍以上の効果でセルライト痛を解消。
EMS筋肉運動
まつ毛パーマ 2,000円（税抜）
まつ毛エクステつけ放題 国際アイラッシュ協会認定のハピエストグループ美容師免許資格取得者による施術で「クオリティの高さ」「安全性」をご提供致します。
完全予約制 5,000円（税抜）
9月10日（日）・17日（日）・24日（日）10:00～18:00営業しております。
ハピエスト田辺ではEPI認定の認定エステティシャンがお客様の悩みに合わせてアドバイスさせて頂きます。ハピエストの本格エステを体験してみませんか？只今、無料カウンセリング実施中！カウンセリングのみの御来店も大歓迎。
エステティシャン募集中 詳しくはお問い合わせ下さい。
NATURAL ESTHETIQUE Happiest TANABE
ナチュラルエステティックサロン ハピエスト田辺
〒646-0013 和歌山県田辺市南新万1-8
[営業時間] 平日 AM10:00～PM8:00、土・日・祝 AM10:00～PM6:00
ご予約はお早めに Tel.0739-81-1000 （研修等のため不定休となる場合がございます）
※定休日は変更になる場合がございます。
※9月定休日：毎週月曜日・9/3（日）・12（火）・19（火）・26（火）は研修のためお休みさせて頂きます。
http://happiest-beauty.com/
ハピエスト御坊 Tel.0738-52-7770 [住所] 御坊市湯川町財部722-2
ハピエスト橋本 Tel.0736-36-9101 [住所] 橋本市慶賀野190-2

Hotel Harvest Bridal Fair
ホテルハーヴェストは毎日がブライダルフェア
10:00～17:00 予約優先
いくつものウエディングを手掛けてきたプランナーが、挙式・披露宴に関する疑問や質問、お二人の理想など、どんなことでもご相談にのります！
お二人でのご相談やご両親様とのご来館も心よりお待ち致しております。
特典あり
❖ウエディング相談会
❖チャペル見学
❖食事会会場・披露宴会場見学
❖ムービングプロジェクター演出
Hotel Harvest ブライダルフロント
TEL.0739-26-8595
田辺市新庄町2901-1 OPEN 9:00～18:00
harvest@bellclassic.co.jp

忙しさのあまり遠のいていた読書。最近意識して時間を作り「読みたいリスト」の消費にいそしんでおります♬ オススメの本などありましたらぜひ教えてくださいね♡（ココラデスタッフ ゆっきん）

ここらで ヤセてみ隊

第4話

#Airiちゃん #腹筋わりたい #そろそろ本気だす



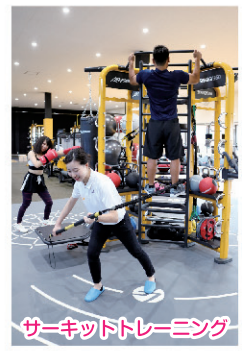
この企画を始めて約3ヶ月、目標がヒップアップとアブクラックス(縦割れ腹筋)のAiriちゃんも、そろそろ本格的に仕上げていきましょう！

そうそう、この9月に新しくオープンした上富田スポーツサロンには、最新のマシンがたくさんあるよ♪

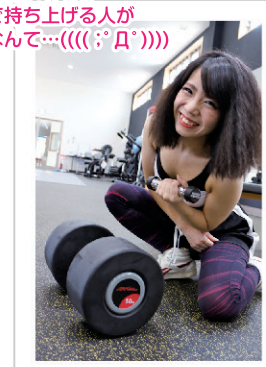
今までのトレーニングも続けつつ、さらにここで頑張ってみようか^^



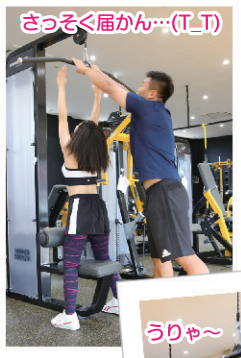
分かりました!!
最近忙しくてなかなかトレーニングの時間がとれませんでしたが、気合入れ直して頑張ります！



サーキットトレーニング



私より重い!!(笑)
片手で持ち上げる人がいるなんて…((((；゜Д゜))))



さっそく届かん…(T_T)

まずはいろんなマシンを体験させていただきます♬
やる気でてきたぞ～





下半身のトレーニングは筋トレだけでなく、ダイエット効果も抜群です。





うりゃ～

とりゃ～



ジムデザイナーのアドバイスで配置された最新マシンの数々!!
プロアスリート並の高度なトレーニングや、負荷の少ない初心者や高齢者向けのトレーニングなど、幅広く利用できます。
見た目はいかついけど老若男女に優しい施設なんです。



脂肪燃えてるかなぁ？
あと少し頑張ろう

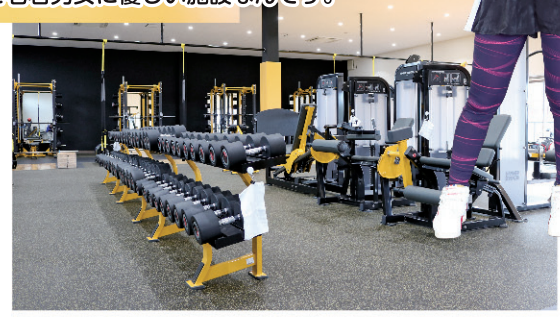


アムロ、行きまーす(笑)



腕を広げる幅で使う筋肉がちがいます

シンプルだけど…
キツーい！(笑)





外に広がる風景を楽しみながらも♪



このバーを左右に振るだけ!?
けっこうしんどい(笑)



ボートを漕いでるみたい
水音も楽しい♥



スタッフ
森岡さん

僕たちがしっかりサポートさせていただきます！



アスレティックトレーナー
柳生さん

一緒に頑張りましょう！



スポーツトレーナー
佐藤さん

【取材協力】
上富田スポーツサロン
(上富田スポーツセンター内)
西牟婁郡上富田町朝来3871
☎0739-33-7888
平　日 9:00～22:00
土日祝 8:00～20:00
正会員 8,000円 他

登場人物



読者モデルAiri(アイリ)
多忙・一人暮らしなど
生活リズムが乱れやすい環境
目標：ヒップアップ&アブクラックス

読者モデルNico(ニコ)
野菜嫌いのジャンクフード好き
1日おきにヘルシー食を心がける
目標：10kg痩せてチャイナドレス



Nozomi(ノゾミ)先生
FTPマットピラティス
ベーシックインストラクター
ふたりをサポート♡

#ここヤセ
Instagramで活動を随時アップ！

カンタン! 健康美

cocorade Exercise
ここらでエクササイズ



呼吸は止めずに
大きくゆっくりと
次号に続くので
大切に取っておいてね♪

ピラティスインストラクター nozomi
撮影協力 studio ricochet

ヒップアップ&ウエストシェイプエクササイズ

①両手を頭の後ろで組み
膝を広げて正座する





※膝から背骨のラインを床と垂直にしてね！
腰が引けてたり
背中を反るのはNG

②両足の親指とかかと同士をくっつけつつ
息を吐きながらゆっくりと膝立ちの体勢に
※太ももとお尻の引き締めを意識しよう♪



③腹圧をかけ(お腹を凹ませ)つつ
息を吐きながら上体を少し前方に倒す
息を吸いながら元に戻す



④息を吐きながら腹圧をかけ
筋肉を意識しながら上体をひねる
※上体が引っ張り上げられてる感覚でツイスト
(反対も同様に)



④息を吐きながら
太ももとお尻にしっかり
力を入れて①に戻る
※①に戻ったら体を一度
脱力してね♪

無理しない程度に
繰り返そう♪

極コース 3,500円(お一人様90分) 全12品
贅沢コース 2,500円(お一人様90分) 全11品
《ご予約限定》3名様より2日前までにご予約ください
※写真はイメージです。
美味え会はさかいで！
宴会コースご予約限定！
クーポン券
1,000円OFF
炭火焼肉屋さかい田辺店
1組様5,000円以上ご利用で適用されます 他券との併用不可
有効期限 H29 9/1～9/30
飲み放題[90分]
お1人様 1,200円 ※全員がご注文の場合のみ
炭火 焼肉屋さかい 田辺店
田辺市目良43-18 0739 23-2922

#空気というサプリメント
はちむら工務店
田辺市下三栖259-1(260)
TEL.0739-20-5745
はちむら工務店 検索
facebook Twitter Instagram LINE やってます！
@hachimura

土地探しから 家づくりまで
ReLaif+
住宅会社を選ぶ“モノサシ”を持つ
賢い家づくり勉強会
9月16日(土) 13:30～15:30
予約制 各5組限定 参加無料
住宅ローンで失敗しないための
ファイナンシャルプラン勉強会
9月17日(日) 13:30～15:30
※ご希望の方はお気軽に下記までご連絡ください
《売り土地・売り家 募集中!》
life style shop ReLaif+ (リライフ)
0120-947-845
田辺市栄町23番地 秋ぜんビル1F
営業時間 10:00-17:00
定休日 水曜日 他 http://relaif.com/

ボディメンテ特集

夏ダメージをリセ



女性誌でも話題沸騰！若返り極美肌 ハーブ幹細胞コスメ・アコライム





若返り窓口エステ yuiri ユイリ

☎0739-25-5188 完全予約制

トラブル肌を健康的に導き、エイジングケアも叶え、化粧品選びに終止符が打てる！と評判の幹細胞化粧品がこれ♪この季節は夏の肌を沈静させるタラソコースが人気。秋から冬にかけてはリバイブトリートメントでの美肌再生がオススメ。

税込

キャンペーン

リバイブトリートメント3g 純国産ハーブ療法（90分） 通常35,000円を 初回限定25,000円

タラソトリートメント フェイシャル＋デコルテ（90分） 通常15,000円を 初回限定7,000円

クイーンフィトセルトリートメント フェイシャル＋デコルテ（80分） 通常13,000円→初回限定6,000円

※各コース 先着10名様限定

2017年11月30日まで

田辺市南新町134番地
（喫茶ゴリラ2F）
10:00～18:00
（最終受付16:00）
日曜、第1第3月曜定休





身体の歪みを分析し健康をサポート 不調の根本的解消を目指す姿勢療法



痛みをはじめ身体の様々な不調を根本から解消することを目指す姿勢療法。肩・骨盤の高さ、背骨の傾きやバランスの崩れなどを調べ、ひとりひとりに合った施術を行う。猫背やO脚X脚で悩んでいる方もご相談を。

姿勢専科®KCSセンター南紀白浜

☎090-3288-0820 完全予約制

正しい姿勢は見た目の美しさだけでなく、肩こり・腰痛・ひざ痛の緩和にも良い影響が。理論に基づいたソフトな施術で身体に無理なく姿勢を調整。不要な負荷が除かれることで、長らく抱えていた痛みが和らいだ、との声が何より嬉しいと言う湯川さん。冷房でカチカチになった身体をコリや痛みから解放してあげて♬

MENU 税込

施術料（日時はご相談ください） 5,400円

※初診時は別途 初診料2,160円、姿勢画像検査料4,980円

キャンペーン

先着10名様限定
1,000円体験キャンペーン実施中！

2017年10月31日まで

白浜町栄580-2
10:00～22:00
不定休
www.kcs-center.com
〈姿勢調整師募集中〉





アーユルヴェーダで体質ごと綺麗に 夏の紫外線で疲れたお肌をリセット



夏に浴びた紫外線でお肌の角質は厚くなり、ターンオーバーも乱れ、メラニン色素が滞って、シミの原因に…。ダイヤモンド粒子のヘッドでお肌の老化角質のみを優しく除去。ダイヤモンドピーリングで美容成分の浸透を促してあげて♪

LAX re-more ラックス リモア

☎0739-25-5003 完全予約制

本格インドオイルを贅沢に使い、動脈・リンパ・経絡を流して老廃物の排出を促します。むくみやコリ、疲れや不眠などを解消し、体質改善にも期待が。発汗作用のあるハーブバンテージを巻き、遠赤外線ドームとの併用もオススメ。

MENU 税抜

ハーブバンテージ 2,000円
ダイヤモンドピールコース（90分） 7,500円
遠赤外線ドーム（30分） 1,500円

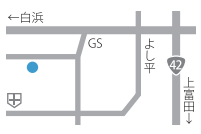
キャンペーン

アーユルヴェーダ全身コース（90分） 通常1回15,000円→2回 20,000円

ダイヤモンドピールコースをご利用で ホワイティパラオパック無料体験！

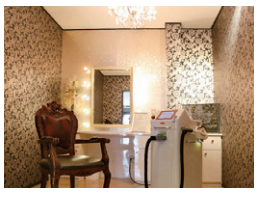
2017年9月30日まで

田辺市たきない町
12-20（2F）
10:00～18:00
日曜、第4月曜定休





わずか10分でマイナス５歳肌!? ヘアサロンでのエステがさらに進化



リフトアップはカウンセリングの際に条件が合わない場合、施術できないことも。お肌や体質と相談しながらの施術なので安心♡ ちなみに初回～2回目は、2週間周期での利用がオススメ♪施術ルームにはメイク道具も揃ってます♬

HAIR MAKE grant グラント

☎0120-798-887 予約優先

実はたるみも紫外線ダメージのひとつ。頭から浴びるのでその影響力は大！そこでグラントが自分自身では手の届かない肌の美しさを最新の光エステ脱毛機器 “Lino” でお手伝い。リフトアップの施術はわずか10分とは思えない仕上りに。眠っている細胞を目覚めさせ、より弾力のある肌に変化するのを実感して。

税込

キャンペーン

フェイシャルリフトアップ 通常4,850円→3,850円

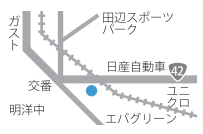
フェイシャルリフトアップ（回数券3回分） ※発行から2ヶ月間有効 通常14,550円→10,800円

両脇脱毛 通常4,000円→3,000円

メンズ口周り脱毛 通常6,130円→5,130円

2017年10月31日まで

田辺市上の山2-15-53
9:00～19:00
（カット受付19:00迄）
第1火曜、第3日曜
月曜定休





外見だけのキレイではない— 内側からキレイをつくるサロン



ホットストーン＋プチお腹ほぐしでは、温めたストーンをオイルで滑らせながら体を温め、血の巡りを促し極上の癒しを体感。さらに内臓をほぐすことで体のこわばりを和らげる。自律神経にも働きかけるので心身のスッキリを感じて。

トータルケア Grace グラーチェ

☎0739-22-0393 完全予約制

様々な分野から多角的なアドバイスがもらえるプライベートサロン。要望に合わせたオススメコースの提案も。シミのできる過程に着目した美白フェイシャルでは、一度で効果が表れるとの声も多く大好評！その他にもセレブのファンも多い高濃度水素吸入マシンなど、インナービューティーにも対応している。

税込

キャンペーン

美白フェイシャル（90分） 通常12,000円→9,000円

ホットストーン＋プチお腹ほぐし（90分） 期間限定メニュー 10,000円

水素吸入 スイソニア（60分） 通常4,000円→3,000円

2017年9月30日まで

田辺市下万呂577-1
サンフェストプラザ2F
10:00～21:00
（最終受付18:00）
不定休





植物由来の癒し、アロマテラピー 自然溢れる上富田ルームもOPEN



9月より金曜日は上富田町でも施術ができるように。オリエンタルな調度品に囲まれた古民家の一室で、アロマの香りと相まって非日常な魅力あるリラクゼーションルームとなっている。（要前日予約）
上富田町岩田1430-1 金木犀様方

Aromatherapy flor フロール

☎090-1670-5897 完全予約制

植物由来の化粧品などが沢山あるように、アロマテラピーで使う精油は植物のパワーがたっぷり。症状や部位により香りやトリートメントオイルとして様々に活躍するアロマがもたらす心身の癒しを体感して♪香りによる空間演出もご相談を。

MENU 税込

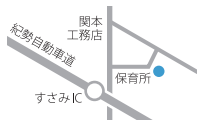
ヘッド＋ショルダー（20分） 2,000円
背中集中アロマトリートメント（30分） 3,500円
全身アロマトリートメント（60分～） 6,500円～
フェイシャル＋デコルテ（40分～） 3,500円～
※50分コースはクレイパック付

キャンペーン

ボディ/フェイシャルメニュー 15%OFF

2017年9月30日まで

すさみ町周参見2879
10:00～18:00
不定休
Facebookやってます



• 掲載の写真はイメージです。• メニュー内容やその他情報は、掲載店の都合により変更される場合があります。• 詳しくは各掲載店にてお確かめください。

ツト

アーユルヴェーダサロン Manaram
☎080-5328-9476 完全予約制

その心地良さから愛好家多数のハーブボール。体質などに合わせてブレンドしたハーブを球状にして蒸し温め、体に当てると芯からじんわり温かに。ハーブの有効成分を毛穴から吸収し、代謝や発汗も促される。女性特有の悩みにも◎ マナラムでは3つのコースメニューで取り扱っている。

MENU 税込

アビヤンガ ※全身トリートメント（60分）— 5,500円
シーロダーラ ※ヘッドマッサージ含む — 7,200円
カモミールコース（90分） — 8,000円
※アビヤンガ60分＋ハーブボール

キャンペーン
ご新規様限定！全メニュー10%OFF
2017年9月30日まで

田辺市あけぼの21-7
あけぼのビル1F
9:00～19:00
（最終予約18:00）
不定休





自然の恵みをたっぷり体中で吸収 冷えや緊張を優しく解きほぐす



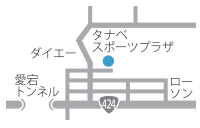
手技を中心にオイルやハーブなど自然由来の素材を贅沢に使ったデトックスメニューが充実。オススメはやはり体と心に溜まったアーマ（未消化物）を流すインド・スリランカ伝統のアーユルヴェーダ♡

RINOメディカルサロン
☎0739-26-8373 完全予約制

実は現代人の生活は夏ヤセならぬ“夏太り”を招きやすいそう。気温が下がり身体が脂肪を溜め込む前に、サーモ・シェイプで肌深部の脂肪を狙い撃ち！ また、夏の紫外線で肌バランスを保つビタミンAも破壊・減少。そこでフェイシャルケアでは肌を沈静しながら有効成分の浸透を促すクールビタミンコースがオススメ！

税抜
キャンペーン
サーモ・シェイプ（80分）※カウンセリング込み
通常15,600円→初回限定7,800円
サーモ・シェイプ（110分）※カウンセリング込み
通常23,400円→初回限定11,700円
エンビロンクールビタミンコース（60分）
初回限定2回セット9,500円
2017年10月31日まで

田辺市宝来町25-3
10:00～19:00
（最終受付18:00）
日曜、祝日定休





高い技術とテクニックを味方に 理想のボディを美しく形造る―



ACE（エース）とも呼ばれるビタミンA・C・Eやβカロチンを導入。

厚生省生衛第135号認可
全日本全身美容業協同組合加盟
美容皮膚クリニック提携サロン

NKG 鈴木カイロプラクティック整体
☎090-7100-8064 予約優先

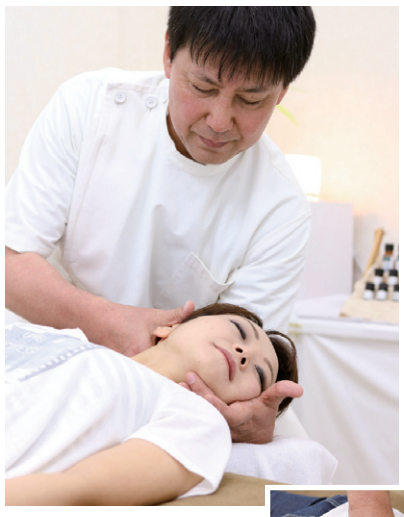
骨格の歪みに働きかけ姿勢を整えるカイロプラクティックと、筋肉を緩めるオステオパシーで、人それぞれ違う不調にオーダーメイドなケアが。まずは指先で歪みや張り、体液の滞りをチェック。腰痛・肩こりだけでなく、内臓疲れによる夏バテやアレルギーなど、気になることがあれば相談してみて。思わぬところに原因が隠れているかも。痛みのない施術なのでリラックスして受けられる。

MENU 税込

施術料（1回約30分）— 3,000円

田辺市高雄3-2-16-2
9:00～18:30（受付）
不定休
http://nkg-suzukiseitai.com/





不調の原因は意外なところかも 体に負担をかけずに緩和に導く



オステオパシーは人体構造に着目し、筋肉・リンパ・血管・神経の流れにもアプローチ。歪みを正常に戻すことで血液や髄液、リンパ液の流れを促し、人間本来の治癒力を引き出そうという概念だそう。





冷え
外はこんなに暑いのに、室内は冷房でひえひえ～。
そこにきて冷たいものを飲み食い…。
気づかぬうちに芯まで冷えきってしまった身体は、
毎日のお風呂で温めてあげて♪
シャワーで済まさず、夏こそ湯船につかりましょう♡

夏バテ
暑くなるとなんとなく食欲が落ちるのは、体温維持にエネルギーをあまり使わなくなるから。だけど、食欲がないからといって冷たいものを摂りすぎると、胃腸が冷やされ内臓機能が低下。内臓が疲労すると、身体の疲れやだるさとして表れるのです。
食欲不振な時は野菜たっぷりのお味噌汁やスープがオススメです♪



シミ・たるみ
紫外線といえばお肌の大敵、シミ・くすみの原因！だけではないんです。紫外線がお肌の美容成分を破壊すると、なんとたるみに繋がるのです。しかも頭から浴びれば頭皮から下がってくるので事態は深刻…。
なんだか毛穴が広がってる？と思ったら、真相はここにあるかも!?
帽子ってやっぱり大切だったんです。



夏太り
夏は基礎代謝のダウンや、水分過多によるむくみなど、実は太る要因がいっぱい…。
そして夏バテというのは基本的に、内臓が疲れているから食べなくていいよというサインなので、そこで体力をつけようと無理に食べてしまうと…やっぱり太ってしまうのです。チーン☆

肌荒れ
冷房による乾燥、紫外線によるダメージ、そしてSPF値の高い日焼止めの紫外線吸収剤による肌への刺激などが原因として挙げられます。ちょっと手間でも、肌に優しい日焼止めをこまめに塗りなおすのがいいみたい。それと、夏はウォータープルーフの化粧品が多いけど、クレジングでゴシゴシするのもNGですよ～♪

自律神経の乱れ
なんだかよく眠れないし、何度も目が覚めちゃう…熱帯夜のせいかな。寝不足が続くと自律神経にも乱れが…。他にも外気と室内の寒暖差のせいで体温などを調整する自律神経に負荷をかけ、バランスを崩しがち。そうなると、めまいや頭痛、食欲不振、だるさで何だか家事も進まなくて自己嫌悪、なんてことも。

夏ダメージは合わせ技
夏ダメージはどれもお互いに影響しあっていて、原因も内容も複合的なんですね。
怖い話がいっぱいで哀しくなっちゃう？
でも大丈夫！私たちには強～い味方が♪
美容と健康のプロフェッショナルに相談しなきゃ！



TANABE UNIV.

田辺のまち × 大学生のトライアルショップ

開校！たなべ大学

2017 9/1(金)▶7(木)



たなべ大学とは？

田辺市には、大学がない。でも、やりたいことを実践できる場所はある。そこで、普段通っているキャンパスではできない体験を田辺でしてもらうため『やっていいよ、ここで。』をコンセプトに、田辺を若者が挑戦できるまちとして解放することにしました！

たなべ大学とは、田辺のまちをフィールドに、大学生が自身で考えたビジネスプランに挑戦する 1 週間のチャレンジショップイベント。

大学生が開く個性豊かなお店に遊びに来ませんか。

1 花庵

9/1(金)▶7(木) 11:00～16:00



東京で仕入れた古着を販売します。
カジュアルなメンズ・レディースを中心に値段は500円～。
商売をするのは初めてですが、自分の力試しとして頑張りたいと思います。

場所 / 花 庵
田辺市高雄1丁目2-50

2 耳切りの家

9/1(金)▶3(日) 10:00～12:00 / 14:00～17:00 / 18:00～22:00



「僕の耳はどこ…？ 何も聴こえない。嫌だ！誰か耳を取り返して。楽しみにしていた誕生日、髪を切るはずのハサミは僕の耳を…」夏の終わりに夜も眠れなくなるようなお化け屋敷！あなたは耳を見つけられますか？
大人 1,000円　高校生以下 500円

場所 / 味光路内の空き家（徳乃様隣り）
田辺市湊1002-1

3 りゅうカフェ

9/1(金)▶5(火) 7:00～16:00



“コミュニケーションカフェ”をテーマに、ご来店いただいたお客様と接客の域を飛び越え、様々な形で交流したいと思っています！サンドウィッチやコーヒーなどの軽食と、皆さまと交流できるゲームをご用意してお待ちしております。

場所 / Bar Oct.
田辺市湊996ホテルNANKAIROビル1F

4 たなべ写真館

9/2(土)▶4(月) 11:00～17:00



普段は風景やポートレートを撮っています。田辺という地域を知るきっかけにもなったこの「たなべ大学」を通じて、和歌山に住んでいる人やその他たくさんの人に田辺の魅力を伝えられる写真を展示をしたいです。個展と撮影会を開催します！

場所 / ギャラリー寿苑
田辺市湊710

5 カフェバー

9/1(金)▶7(木) 18:00～22:00



地域の食材を使ったワンプレートメニューをメインに、豊富なアルコール類や期間限定のかき氷などを提供いたします。将来の夢、カフェバー経営を目指して、この企画を糧とし今後に活かしていきたいので、皆様のご来店、ご意見をお待ちしています！

場所 / cafe rurucoro
田辺市南新町173

6 田辺で茶道体験、してみよら！

9/1(金)▶3(日) 13:00～18:00



田辺市出身の能城佑佳子と申します。
京都・宇治の小山園の又玄という高級抹茶を使用し、茶道に使うお道具に実際に触れて、お抹茶を点ててみませんか♪
お一人様500円 ※Available in English
（和菓子2種、抹茶1碗点て体験）

場所 / あさりや
田辺市上屋敷2丁目11-29

7 喫茶・ジュン

9/1(金)▶3(日) 18:00～23:00



TANABELER'S MAP 9/1.2.3で開催！
～田辺を面白がる人たちの地図づくり～
「田辺って何にもないよね」というあなた！皆が何を面白いと思っているのか気になりませんか？ みかん蜂蜜スコーンや和紅茶を愉しみながら情報交換しましょう！

場所 / 喫茶 順
田辺市上屋敷2丁目13-13

この度、多くの方々の協力と賛同を頂き、このたなべ大学を開校することができました。

若者の気力、そして行動力があれば協力を惜しみません。私たちはいつでも手を広げて待っています。

たなべ大学実行委員
https://tanabeuniv.wordpress.com/

《協賛企業》 ICHIE ／後畳店／ OGAWA-YA ／有限会社 木村葬祭／大和自動車整備株式会社／多田稔子／ TETAU ／南紀自然エネルギー株式会社 モリカワ／ cafe rurucoro ／ Bar Oct. ／喫茶 順／あさりや （敬称略・順不同）

先日、ここらでショットの撮影で真夏の白良浜に！ 日焼け止めをたっぷり塗ったはずなのに… 足の甲だけくっきりサンダル焼けをしてしまいました（T_T）（ココラデスタッフ そると）

エンタメPick Up!

RENTAL



『ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー リミックス』 9.6 WED

監督／ジェームズ・ガン　キャスト／クリス・プラット 他

いい加減なリーダー、ピーター・クイルを筆頭に、美しき暗殺者のガモーラ、毒舌なアライグマのロケット、樹木型ヒューマノイドで25センチまで再生したグルート、マッチョな破壊王ドラックスのガーディアンズの面々が、新たな危機に直面し、再び強大な敵と立ち向かうことになる様を描く。



『この世界の片隅に』 9.15 FRI

監督／片渕須直　原作／こうの史代
声／のん　渋谷天外（特別出演）他

昭和19年、故郷から20キロ離れた呉に18歳で嫁いできた“すず”は、戦争で様々なものが欠乏する中、工夫を凝らして家族の食卓を守っていた。しかし日本海軍の拠点である呉は、空襲の標的となり身近なものも次々と失われていく。それでもなお、前を向いて日々の暮らしを営み続けるすずだったが…。

BOOK



『産婆フジヤン』 NOW ON SALE

著者／坂本フジエ　聞き手／今井雅子
出版社／産業編集センター（文芸書）

「人生いろいろ大変やけど、生まれてくる大変さに比べたら、大したことないなぁ」和歌山県に生まれ、助産師になって72年。4,000人以上の命の誕生を見届けてきた93歳・日本最高齢現役助産師、坂本フジエさんの明るく、楽しく生きるコツがわかる初の自伝が登場。明日を生きる力がわいてくる一冊。

MUSIC

『聖域』 9.13 WED

アーティスト／福山雅治（シングル）

ドラマ『黒革の手帖』主題歌。今までの彼のイメージを鮮やかに覆す挑戦的なナンバーは、福山曰く「自分の中の守るべき場所、あるいは自らが望むあるべき姿への憧れという意味を込めた」という世界観と、ジャズの妖艶さとスパニッシュ音楽の哀愁がふんだんに取り入れられた会心の一作。



MOVIE



©2017 Warner Bros. All Rights Reserved.

『ダンケルク』 9.9 SAT

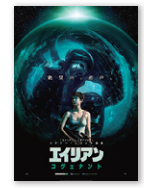
監督／クリストファー・ノーラン
キャスト／フィオン・ホワイトヘッド 他

史上最大の救出作戦と言われる「ダイナモ作戦」が展開された第2次世界大戦のダンケルクの戦いを描く。ポーランド侵攻後、北フランスまで勢力を広げたドイツ軍は、戦車や航空機といった新兵器での電撃戦で英仏連合軍をフランス北部のダンケルクへと追い詰めていく。この事態にイギリス首相チャーチルは取り残された兵士40万人の救出を命じ、1940年5月26日、民間の船舶までも総動員したダイナモ作戦が発動。戦局は奇跡的な展開を迎えることとなる。

ROADSHOW

ジストシネマ 田辺　0739-24-0717

劇場版 ポケットモンスター キミにきめた！	9月上旬まで
トランスフォーマー 最後の騎士王 吹替	9月上旬まで
メアリと魔女の花	9月中旬まで
怪盗グルーのミニオン大脱走 吹替	9月中旬まで
スパイダーマン ホームカミング 字幕・吹替	9月中旬まで
ワンダーウーマン 字幕	8/25（金）～
劇場版 魔法科高校の劣等生 星を呼ぶ少女	9/2（土）～
ダンケルク 字幕	9/9（土）～
エイリアン コヴェナント 字幕	9/15（金）～



©2017 Twentieth Century Fox Film Corporation. All Rights Reserved

ジストシネマ 御坊　0738-32-3230

メアリと魔女の花	9月中旬まで
怪盗グルーのミニオン大脱走 吹替	9月中旬まで
スパイダーマン ホームカミング 字幕・吹替	9月中旬まで
カーズ クロスロード 吹替	9/8（金）まで
ワンダーウーマン 吹替	8/25（金）～
ダンケルク 字幕	9/9（土）～
エイリアン コヴェナント 字幕	9/15（金）～
ナミヤ雑貨店の奇蹟	9/23（土）～



©2017「ナミヤ雑貨店の奇蹟」製作委員会

《レンタル情報》
TSUTAYA WAY オーシティ前 田辺店
tel.0739-81-2182

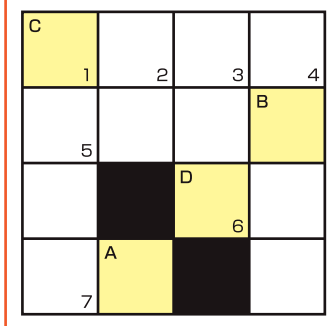
TSUTAYA WAYのうれしい情報をLINEでお届け！

《映画情報》
ジスト田辺店・御坊店

上映スケジュールは公式サイトからもご確認いただけます
※上映内容は都合により変更する場合がございます

ここらでクロス

クロスワードに答えご応募ください
抽選で下記の賞品をプレゼント!!



C 1	2	3	4
5			B
	■	D 6	
7	A	■	

答え

A	B	C	D

タテのキー

①ちんちろ ちんちろ ちんちろりん♬ 何のこえ？
②木の幹から分かれた部分は？
③マリオットバーガーは○○○中のマリオットホテルで大人気♪
④寒帯の中でも、短い夏に地表の氷雪がとけるのは何気候？

ヨコのキー

①ADや若手芸人が本番前に拍手や掛け声を教えてくれます
⑤俳優・津田寛治さんの愛称は？
⑥赤道では0度、北極では90度
⑦乙女座の前は何座？

●今月の賞品



A 5名様
映画ご招待券（ペア）
提供：ジストシネマ田辺
☎0739-24-0717
http://xyst.jp/



B 1名様
ドリンク付き
マリオットバーガー（ペア）
提供：南紀白浜マリオットホテル
☎0739-43-2600

●応募方法

Q1～Q5のアンケートにお答えの上、ハガキにてご応募ください。
※ご応募はお一人様1回のみ有効とさせていただきます。

●アンケート

Q1．クロスワードの答え（ABCDの順）
Q2．ご希望の賞品を一つ（アルファベットと賞品名）
Q3．郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、職業
Q4．1万円好きにしていいよ！何に使う？
Q5．フリーペーパーココラデに関するご意見・ご感想
※アンケートにはすべてお答えください。

●あて先

〒646-0061 田辺市上の山1-3-28　イコラボ「ここらでクロス」係

●締め切り

2017年9月15日（必着）
※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。賞品引換券が届いた際は、お手数ですが提供店にて賞品と交換してください。

先月の「ここらでクロス」の答えは バカンス でした♪

市民パーソナリティ募集と説明会
「さあ、もう一度ラジオを」
日時 9月10日(日)午後2時 午後1時半開場（2時間程度）
場所 情報交流センター Big-U 研修室3
持物 やる気!!
参加無料

楽しくって、役に立って、元気になる田辺のラジオ局
FM TANABE 88.5MHz
7:00～22:00（日曜日は21:00）365日毎日生放送中!
お問合せは
FM TANABE 株式会社
〒646-0026 田辺市宝来町8-21 泉ビル 2F
TEL.0739-81-1237

— ホロスコープ占星術 —
星の導き
2017年9月

～あなたが幸せになるために～
Traditional eyes
support by astrology

おひつじ座 3/21～4/19
サポート役を買って出ると重宝がられます。少し落ち着いて発言・行動するよう心がけて。
[ラッキーカラー] グリーン
[ラッキーフード] きのこのギー炒め

おうし座 4/20～5/20
趣味・恋愛運上昇中♡
未来のなりたい姿を掲げて、着実に目標に向かってまい進しよう。
[ラッキーカラー] オレンジ
[ラッキーフード] アサイーボウル

ふたご座 5/21～6/21
自身の現状が把握できていない状況なら、大切なものは何か考えて取り入れて。基礎固めが必要な時です。
[ラッキーカラー] ホワイト
[ラッキーフード] ビーツのポタージュ

かに座 6/22～7/22
好奇心を刺激するような情報が入って来る時♬
今はまずチャレンジ!!
[ラッキーカラー] イエロー
[ラッキーフード] キヌアの炊き込みご飯

しし座 7/23～8/22
理想の姿になる為に、厳選された質の良いものを選び、時間をかけて着実に取入れていこう！
[ラッキーカラー] コーラルピンク
[ラッキーフード] アボカドのグラタン

おとめ座 8/23～9/22
掲げた目標とは違う現状となり、翻弄されそう。他者の言動に振り回されないよう本心を伝えよう！
[ラッキーカラー] レッド
[ラッキーフード] 青唐辛子のきんぴら

てんびん座 9/23～10/23
縁の下の力持ちに徹すると評価される今月。不要なものを削除して新しいものを確保しよう。
[ラッキーカラー] マリンブルー
[ラッキーフード] アカモクの酢の物

さそり座 10/24～11/22
未来のビジョンと現状が近づき、心願成就に向かう時。心機一転でより理想に向かえます。
[ラッキーカラー] シルバー
[ラッキーフード] スピルリナのカレー

いて座 11/23～12/21
周囲と協力しながら着実に進んでいける時。
最後まで諦めない信念が必要です。
[ラッキーカラー] ブラウン
[ラッキーフード] 果物のブッラータのせ

やぎ座 12/22～1/19
秋は静かな環境で必要な知識を取り入れよう♪
読書や寺院巡りはオススメです。
[ラッキーカラー] ダークブルー
[ラッキーフード] バルサミコ酢の酢豚

みずがめ座 1/20～2/18
人との絆が深まる時。静寂な場所で一対一で本音を話そう。
互いの思いを確認できます。
[ラッキーカラー] ブラック
[ラッキーフード] チアシードスムージー

うお座 2/19～3/20
たくさんの人との交流が楽しい時♪
会話を通して愛情を感じ合えば、心が満たされます。
[ラッキーカラー] ピンク
[ラッキーフード] ザクロのケーキ

朝晩涼しく過ごしやすくなりましたね。天空では前半、行動の星・火星と、変化やアイデアの星・天王星が吉角度を形成するので、掲げた内容は楽々と変化を遂げていきます。是非この流れに乗りたいものです。9月の天空では、夢や理想の星・海王星が凶角度を形成中。膨らむ想像に翻弄されないよう客観的・計画的に進めて。

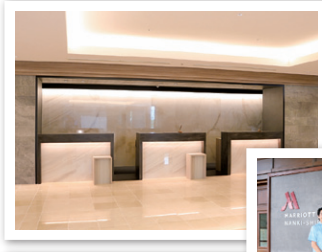


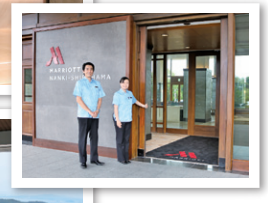
トラディショナル・アイズ
上級心理カウンセラー
玉置 サナ
白浜事務所（白浜町十九渕47）
TEL.090-7481-8386
～成功を手に入れる為の特別な技術～
何処でも学べない特殊な技術を伝授
占術学園エトワールゲイト開講中

ココラデスタッフ＆読者モデルの地元でなんでも体験レポート！
ここらで体験記
FILE 24 「南紀白浜マリオットホテル内覧会」



ココラデスタッフ / ゆっきん





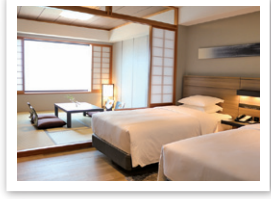


この夏、リブランドオープンした南紀白浜マリオットホテルの内覧会に行って来ました！この仕事してて良かったよー＼(^∀^)／
館内に入ってすぐに広がるロビーはマリオットホテルオリジナルの香りで空間演出されていて、上品な芳香に包まれています♪

さっそく11階へ！最上階の大浴場は以前と変わらない眺望を楽しめます♪ 一面に広がる空と海の青はまさに水天一碧の絶景。それと私は夕暮れ時もお気に入りなんです。ドレッシングルームがリニューアルして、さらにアメニティもTHANN（タン）に一新♡ す、すごい！同じフロアには同じく絶景の貸切風呂が5室も。なんとバリアフリーのお風呂もあります。

いよいよお部屋のお披露目です！ 8～10階の海に面したお部屋は全て温泉ビューバス付のプレミアルームに。それ以外のお部屋で子ども連れなら和室も良いですね。定員は4名でも別室のじいじ・ばあばも一緒にゆっくり寛げそう♪ なんて楽しい想像をしちゃいました。

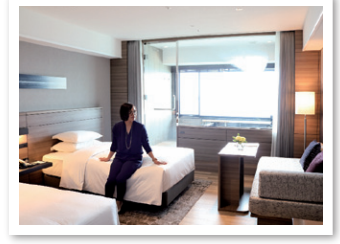




レストランに向かうと目にも美しい料理の数々がお出迎え！メインのグリル料理で運ばれてきたお肉のジューシーで柔らかいこと♪ サイドはブッフェスタイルになっていて、白浜らしい新鮮魚介を使ったものや、様々な食材を使った彩り豊かな料理がいっぱい♪ 夢のような時間でした（人´∀`）

館内施設のラグジュアリー感も然ることながら、スタッフの皆さんの細やかで親しみの持てる接客にリゾートホテルらしい心地良さを感じました♡ お泊りだけでなくパーティーやミーティングなどのプランもあり、そして何と言ってもウエディングでもぜひ訪れたいですね！

今回、スペシャルなキャンペーンとしてココラデを持って行くとグレートルームのご利用が嬉しい10%引きになっちゃいます!!
（※但しSNSでのアップが必須条件です）



■ 店舗DATA
南紀白浜マリオットホテル　西牟婁郡白浜町2428　TEL.0739-43-2600
http://www.shirahama-marriott.com/　今号の「ここらでクロス」ではマリオットバーガーをプレゼント♪

ここらでショット file 024

【編集後記】（ココラデスタッフみかろ）
あんなに暑かったのに、少しずつ秋の気配もちらほら…
今年の夏も本当に暑かったですね。皆さん、体調は崩していませんか？
汗かいて痩せると思ってたら逆に太ったかも？なんて方もいるかもしれませんね（・∀・）
理由はわからないけど調子の出ない人、紫外線でなんか肌がくたびれてる！？って人
今号の特集「夏ダメージをリセット！ボディメンテ」でリフレッシュしませんか🎵





おかげさまで3周年。

感謝の気持ち込めて、ささやかながら粗品を
ご用意いたしております。

店長のおもてなしコース〈全18品〉
3,000円（税抜）要予約
おまかせ物語コース〈15品以上〉
1,980円（税抜）
今日のおひるごはん
1,250円（税抜）
《飲み放プランもございます》

※粗品は数に限りがございます
※写真はイメージです



むしやしない ☎0739-47-5213
上富田町南紀の台 47-30 <火曜定休>
営業時間 11:30～14:00/18:30～



建物・家財“保障点検”

キャンペーン実施中 9月30日(土)まで

期間中 アンケートにお答えいただいた方の中から
抽選で 1,000名様に
緊急避難セットをプレゼントいたします



JA共済の建更が平成29年4月から新しくなりました！

NEW 建物更生共済 むてきプラス
NEW 建物更生共済 My家財プラス

■詳しくは、JA紀南の支所窓口または
LA（ライフアドバイザー）までお尋ねください。
JA共済

新型
N-BOX登場！

もっと、日本の「のりもの」を変えていこう。



Honda Cars 紀州南 9:00~19:00 水曜定休日

宝来店 (0739)22-9800
田辺市宝来町2-6



朝来店 (0739)47-0057
上富田町朝来1307-1



焼肉＆鍋食べ放題

飲み放題 お一人様1,500円（税抜）
ソフトドリンクバー 380円（税抜）

お一人様 2,980円 税抜 全107品 コース
幼児無料 小学生以下半額

焼肉食べ放題 全60品 お一人様2,480円コース（税抜）
焼肉＆鍋食べ放題 全125品 お一人様3,580円コース（税抜）
鍋食べ放題 全60品 お一人様2,480円コース（税抜）

本格焼肉 名物 赤から鍋

【食べ放題のルール】
ご注文は2名様より、1グループにつき
同一コースで人数分とさせて頂きます
制限時間120分（ラストオーダー/30分前）
※食べ残しが多い場合は追加料金をいただくことがございます

※辛さは安心の0番から激辛の10番よりお選びください。

（キリトリ）

ご飲食代合計より
10%OFF券
●最大3,000円分までの値引可 ●本券は赤から田辺店のみ有効
●1グループ1回1枚2名様以上でご利用可 ●他券との併用不可
●宴会コースでのご利用不可 ●ご注文時にご提示ください
赤から田辺店

赤から田辺店
TEL.0739-81-0141
ハイ！ おいしい！
田辺市上の山1-2-18 年中無休
営業時間 17:00~24:00 (L.O.23:00)

