

オンナゴコロにグッとくるフリーマガジン。

DiaLA.

[ディアラ]

TAKE FREE

Vol.4

Monthly Pick Up!

さあ、夏から秋へシフト!!

初秋スタイルをひとり占め

ちょい足しアイテムで、

いますぐ

秋コーデに変わる!

Shop Staff Styles

ショップスタッフがお手本!

先取りしちゃお!

Autumnファッション

オシャレ向上委員会

肌と髪への“夏疲れ”

リペアするなら今!

女子的♥秋を楽しむ

ワイン&チーズ特集

I'll change

私が「変わる!」

バージョンアップの秋。

最近ちまたで、注目度の高い
あの人にダイレクトインタビュー!

山田孝之、林遣都

特命!OSAKA探検隊!

秋からのトレンドヘアを
潜入調査せよ!

くみちゃんの食べて
キレイになるお弁当

「体の中からキレイに
変わるお弁当」

くみちゃんの
料理を食べに行こう!
大人の遠足
in吉野
参加者募集!!
詳しくはP29へ

発行/大阪ダイヤモンド地下街(株) 〒530-0001 大阪市北区梅田1丁目大阪駅前ダイヤモンド地下街1号 TEL:06-6348-8931 編集・制作/(株)リックコミュニケーションズ



ディアモールメールマガジン会員募集中!
DIAMOR MAIL MAGAZINE

毎月1日
配信



正しく読み込みない場合は
<http://www.diamor.jp/k/magazine/>
へアクセス

- メルマガ会員特典
- 特典1 毎月当たる
スペシャルプレゼントに
応募できる!
 - 特典2 ショップの最新情報を
いち早くチェック!
 - 特典3 メルマガ会員だけ
のお得なクーポンをGET★



ディアモール大阪
ディアモールフィオレ

営業時間10:00~21:00(飲食10:00~22:00)
TEL 06-6348-8931・地下2階公共駐車場、
連絡する周辺駐車場含め1500台まで駐車可能

詳しくはHP、ケータイサイトにて。
<http://www.diamor.jp>

オンナゴコロにグッとくるフリーマガジン。

DiaLA. [ディアラ]

Vol.4
[ディアラ]

Contents

- 04 **Monthly Pick Up!**
さあ、夏から秋へシフト!!
初秋スタイルをひとり占め
- 06 **Shop Staff Styles**
ショップスタッフがお手本!
先取りしちゃお!
Autumnファッション
- 08 **ちょい足しアイテムで、**
いますぐ秋コーデに変わる!
- 10 **女子的♥秋を楽しむ**
ワイン&チーズ特集
- 12 DiaLA. Interview
山田孝之、林遣都
最近ちまたで、注目度の高いあの人にダイレクトインタビュー!
- 14 ゆるキャラ「レポリーナ」が指令を受けて探検!
特命!OSAKA探検隊!
秋からのトレンドヘアを潜入取材せよ!
- 16 *I'll change*
私が「変わる!」
バージョンアップの秋。
- 24 **オシャレ向上委員会**
肌と髪“夏疲れ”
リペアするなら今!
- 26 REAL VOICE
- 28 **くみちゃんの食べてキレイになるお弁当**
今回のテーマは
「体の中からキレイになるお弁当」
- 30 HAPPYタロット占い
- 32 SHOP INFORMATION
- 34 STREET GUIDE MAP



Cover Staff
MODEL/Polina
PHOTO/
ICHIRO TAKASE

本誌掲載記事・写真等の無断
掲載・複写(コピー)・複製・転
載することは、著作権法上での
例外を除き禁じられています。

最新情報は
HPでチェック!
<http://www.diamor.jp/>



くみちゃんの
料理を食べに行こう!
大人の遠足
in吉野
参加者募集!!

※掲載価格は全て税込価格です。※掲載商品は全てディアモール
館内にてお取り扱いしております。(一部ページを除く)※掲載商品は売
り切れの場合がございます。※掲載商品の仕様・デザイン等の詳細は
店頭でお確かめください。(お問い合わせ先 P34-35参照)



最新スマホを驚きの価格*で

スペシャル プライズ*



GALAXY S III REGZA Phone AQUOS PHONE ZETA MEDIAS X F-09D ANTEPRIMA

さらにおトクな割引も実施中!

家族と一緒にご購入の方に!

スマートフォンへお取替された方に!

ドコモを10年以上ご利用の方に!

25歳以下の方に!

**ドコモの
家族セッ割**

**関西
限定 スマホ
お取替割**

**ご愛顧10年
Xドコモ割**

**U-25
Xドコモ割**

2012年8月31日(金)まで

※各割引の詳細はスマートフォンラウンジにお問い合わせ下さい。

ドコモスマートフォンラウンジで最新機種を体験しよう!

docomo smartphone lounge



新商品先行展示情報やイベント・セミナー予約など詳しくは▶▶▶▶

<http://www.dcm-spl.com/>

Twitter アカウント 『@docomospl_kan』



ドコモスマートフォンラウンジ梅田
■営業時間:午前10時~午後8時
住所:大阪市北区梅田1-10-1
梅田DTタワーB1F
TEL:0120-266-081

※ご来店時にDiaLA.vol.4をご提示いただいた方にノベルティをプレゼント!(数に限りがございます)



夏 → 秋

さあ、夏から秋へシフト!!

初秋スタイルをひとり占め

この季節、「まだ夏物でいいの?それとも秋物にするべき?」って迷いますよね。そこで、ライトな素材や脱ぎ着しやすいアイテムで「初秋スタイル」をご提案します!

計算された背中開き+シルエット。品のいい女らしさを漂わせて。

オススメPoint

大人セクシーなプリントに、透け感のある綿麻素材のワンピース。スタイルが良く見えるフィッシュテールデザインと、背中開き部分のレース使いで、視線クギつけ間違いなし!
SAM&LAVI スコッツマンプリントドレス ¥17,850 [フレームワーク] P34 MAP 16 / イヤリング ¥1,785 [ベントウーン] P34 MAP 50

秋冬トレンドのゴブラン織りもスカートなら取り入れやすい!

オススメPoint

流行のゴブラン織り。残暑が厳しい初秋は、まずスカートから。黒のベルトでウエストマークさせて、甘さを抑えた着こなしを。ボレロ風の軽くてコンパクトなカーデを合わせてみてね。
ラオ軽カーディガン ¥7,875、ゴブランスカート ¥16,800 [ユニバーバルミューズ] P34 MAP 73 / ネックレス ¥2,415 [ベントウーン] P34 MAP 50

肩ひじ張らずに着こなせるライトなミリタリーテイストをON!

オススメPoint

ジャケットはライトな素材だから、今の時期から着てもOK! ウェストをドロコードで絞れるので、いろんなスタイルを楽しめます。フレアスカートとシャツを合わせて、きちんと感のある着こなしに☆
ミリタリージャケット ¥14,700、シャツ ¥7,980、スカート ¥11,550 [ユナイテッドアローズ グリーンレーベルリラクシング] P34 MAP 76 / メガネ ¥7,350 [Zoff] P34 MAP 49

着回しカバツグンのアンサンブルで初秋をおしゃれに乗り切る!

オススメPoint

ノーカラーのカーデと、シンプルでどんなアウターとも合わせやすいブラウスのセットアイテム。日によって温度差が激しい時期だから、着回し抜群のアイテムは毎日のスタイリングの強い味方です!
選べるアンサンブル ¥5,985、ショートパンツ 参考商品 [VIS] P34 MAP 18

ショップスタッフがお手本! 先取りしちゃお! Autumnファッション

ディアモールのショップスタッフが着こなす最旬スタイル&いちおしアイテム!



いちおし
アイテム



定番のドルマンニットは
ウォッシュブルだから
気軽に着られるのがうれしい!
ウォッシュブルシルク
パイアスニット ¥14,700

ル ジュール ちいさん

ストレッチ素材&カシュウールフォルムだから着心地ラクラク。腰で絞るデザインがスタイルを良く見せてくれます。大人っぽく着こなせる一着です。

ウェーブラインプリントワンピース
¥22,050 P34 MAP 81



LE JOUR

ウォッシュコールドスキニー
(ペーजू) ¥19,950

いちおし
アイテム



カリテ スケープ 彩香さん

フレアーなシルエットが女性らしいサラッとした着心地のシャツは、ONもOFFも着られるスグレもの。ボトムにはスキニーをチョイス。バランス感のあるコーデのお手本スタイルです。

シルキー楊柳シャツ ¥18,900 / ウォッシュコールドスキニー (レッド) ¥19,950 / ハラコウエッジパーサン ¥19,950 P34 MAP 87



いちおし
アイテム



ビュル デ サボン おさかなさん

独特のシワ感と光沢のある素材を使ったスカートは、キレイめにもカジュアルにもOK。襟のフリルがかわいいブラウスと合わせて、ふんわりシルエットの秋色コーデの完成!

フリルブラウス ¥7,245 / スカート ¥9,345 / レザーパンプス ¥20,790 P34 MAP 59

丸みのあるフォルムにハンドペイントで染め上げた手作り感が人気の定番シューズ。
レースアップレザーシューズ ¥20,790

プールサイド さみーさん

スウェード×メタル調のレザーの組み合わせは、秋のスタイルとの相性もバツグン! 110cmヒールで美脚効果も期待できちゃうのがうれしいですね。

オープンブーツ ¥16,800
P34 MAP 81

いちおし
アイテム



くっきりバイカラーのブラウスは、重なり合ったダブルの襟がオシャレ!
ダブル襟ブラウス ¥4,935

いちおし
アイテム



ローヴス ユキさん

秋口にぴったりのマルチカラーの軽いニット。インナーに合わせる色で、シックにもポップにも楽しめます。キュロットはかわいい鳥たちがいっぱい、ちょっとレトロな柄がポイント。

ローゲージ選けニット ¥5,460 / 鳥柄キュロット ¥4,935 P34 MAP 56

アンティーク調のバックルが目を惹く、レトロティストのアーモンドトゥパンプス。
レトロカラーパンプス 各¥12,600



さあ!季節は夏から秋へ!

ちよい足しアイテムで、いますぐ秋コーデに変わる!

夏の終わりといえど、残暑は容赦なく...夏服から離れられない。でも、秋は意識したい...女心は欲ばりだ! そんな欲ばり屋さんには、1点アイテムちよい買い足し作戦をオススメしたい。メイクが溶けるぐらい!?我慢して全身ALL秋物にシフトしなくても、白いTシャツに秋アイテムをプラスするだけでいいのだ!



見て!繊細なイニシャルトップとサテンリボンに一目惚れ!
イニシャルネックレス ¥3,150
[ドゥースール 5 サンク] P34 MAP 53

スモーキーなカラーと、しずく型が季節を感じさせてくれる。
しずく型トップ 各¥3,150、(左)プラチナコーディングあずきチェーン(40cm)¥4,200、(右)プラチナコーディングデザインチェーン(60cm)¥14,700 [レモンツリー] P34 MAP 33



秋だからこそそのアニマル柄ハット。周りに差がつくコーデのカギ。
Muhlbauer レオパードHAT ¥34,650
[マルチテクニック ルコント] P34 MAP 93



バイカラーのレザートートだからシックな装いにもマッチ!
バッグ ¥5,040
[ユニック パー ヴェールダンス] P34 MAP 54



カーヴィーでしなやかなフォルムと揺れるタッセルが魅力満載!
TOFF&LOADSTONE
2ハンドルBAG ¥43,050
[マルチテクニック ルコント] P34 MAP 93

チュニック丈だから、今季トレンドの柄物パンツとの相性バッチリ!
タイプライターチュニックシャツ ¥6,825
[ジャンブルドウ シャーム クレ] P34 MAP 83



クラシカルで上質なクロコ型押ししてレディライクを気取ってみる!
クロコ型押しバッグ ¥22,050
[ダイアナ] P34 MAP 79

綿100%だから涼しく着こなせる、秋色夏素材のおしゃれアイテム。
ストライプシャツワンピース ¥12,390
[ビュル デ サボン] P34 MAP 59



チョコ茶エナメルにマロンカラーのリボン、美味しそうな秋色をどうぞ!
クッション入りエナメルリボンパンプス ¥13,440
[ダイアナ] P34 MAP 79

ふかふかクッション入りのプレーンな一足。足元から秋カラーに。
ふかふかクッション入りシンプルエナメルパンプス ¥15,750
[Masumi] P34 MAP 24

ベルベットのリボンが上品テイスト。マニッシュスタイルとの相性もGOOD。
リボン付甲深パンプス ¥18,900
[Masumi] P34 MAP 24



いつものコーデにベイズリーをプラスするだけで魅力アップ!
縮織ベイズリーストール ¥13,440
[パラス/バレス] P34 MAP 84



フランス製のレトロ柄スカーフ。シフォン生地で品良くシックに。
レトロ柄ストール ¥4,305
[キャトル/セゾン プラン] P34 MAP 58



肌触りのいい上質ストールは、この秋のマストアイテムです。
強縮織ウールストール ¥14,490
[パラス/バレス] P34 MAP 84



ファーアイテムは出始めに買うのが絶対のお約束!Tシャツにさらっと羽織って!
KARL DONOGHUE バックル付シュラッグ ¥50,400 [マルチテクニック ルコント] P34 MAP 93



複雑な色使いが秋らしい、やわらかな豹柄ストール。
ヒョウ柄ストール ¥5,460
[アルカリ] P34 MAP 63



酸素透過性樹脂配合の高機能ニールエナメル。全14色で秋の指先を彩ります。
コスモデコレテ AQMW ニールエナメル ¥2,100 [美スキ/コスメガーデン] P34 MAP 28



完璧ナチュラルメイクに仕上げる秋ラインナップが登場しました!
フレッシュタッチルージュ ¥1,360、デュアルカラーアイズ 各¥1,260
[アテナイ] P34 MAP 42



ヴィンテージジュエリーのように目元を華麗に印象付ける、シングルトリートメントアイシャドウ。(限定色)
クレドポーボーテ オンブルクルールソロ アイシャドウ 各¥3,990 [美スキ/コスメガーデン] P34 MAP 28

DiaLA.編集部スタッフ行きつけのチーズ専門店の方に聞きました♡ ワインに合うおすすめチーズ、教えてください!

※価格は100gあたりのお値段です。

毎月、ワインの
有料試飲会を
開催してます!



ワイン&チーズ専門店
ファンヴィーノ
片山さん



100種類のチーズを扱うお店「ファンヴィーノ」

赤ワインの甘い香りが漂う、 まさに酔っ払いチーズの元祖。

赤ワインを絞った後のブドウの搾りかすに漬けたものだ酔っ払いチーズの元祖①「ウップリアー・コクラシコ」(¥1,097)がおすすめ。赤ワインの香りがふわっと漂います。

他にも、同じく白ワインの搾りかすにブルーチーズを漬けたものが②「ゴールデン・ゲル」(¥1,460)。ちょっと変わったところでは、③「カンパネールタイプ笹ゆき」(1個250g・¥1,460)。笹の葉で包むことで独特の風味や清涼感を持たせています。

DiaLA.特典

本誌をお持ち頂いた方に限り、お買い上げ料金から10%OFFにてご提供致します。(特価品、国産チーズは除く)
[有効期間: 8/24~9/20]

すべて
試食OK
ですよ!



フロマジュリー・ラクオーレ
店長 茶床さん



マニアなお店「フロマジュリー・ラクオーレ」

えっ!こんなにもちもちフワフワ? これが本場イタリアのモッツァレラ。

おすすめは①「カゼフィー・チョ・デ・レ・ロゼ」(¥1,260)というモッツァレラチーズ。保存料を使っていない本場のモッツァレラならではの、もちもちとした歯ごたえで、中はふんわり。モッツァレラってこんなに美味しかったんだ!と、ちょっと驚いちゃうほど。

他にも②「ブルー・ド・メー」(¥1,680)。羊乳のコクと旨味が感じられる、こってりとした味わいがワインによく合いますよ!

DiaLA.特典

本誌をお持ち頂いた方に限り、お買い上げ料金¥3,000以上の方は、クラッカー(¥450)かワイン1杯(有料試飲)のいずれかを無料にてご提供致します。[有効期間: 8/24~9/20]



チーズを愛するご主人がお一人で営む歐式チーズ専門店。徹底した管理の元、世界中の多彩なチーズがベストコンディションでショーケースに並んでいます。すべて試食OK! というのも魅力。

フロマジュリー・ラクオーレ

大阪府大阪市西区新町1-30-6第1合田ビル1F
tel/06-6532-1228 営業時間/12:00~20:00
定休日/不定休



その季節ごとの旬のチーズを中心に、国内外のチーズ100種類以上を扱う専門店。毎月、ワインの有料試飲会も開催しています。興味のある方はぜひ一度お問い合わせください。

ワイン&チーズ専門店 ファンヴィーノ

大阪府大阪市西区西本町1-5-3扶桑ビル1F
tel/06-6110-0066
営業時間/10:00~19:00
定休日/日曜・祝日



阪急梅田の古書のまちにある、ワイングラスの形をした赤い提灯が目印のこのお店。カウンターがメインの、女性一人でも気軽に立ち寄れる雰囲気です。

ワイン食堂リエゾン茶屋町

大阪府大阪市北区芝田1-6-2
阪急古書のまち 1F
tel/06-6359-8711
営業時間/15:00~23:00(L.O.)
定休日/水曜日

楽しかった夏が終わって、ちょっと二息って感じの秋のはじまり。気分を変えてワインとチーズで大人っぽい夜を楽しんでみない?

女子的♡秋を楽しむ ワイン&チーズ特集



梅田の人気店、ワイン食堂リエゾンのソムリエールに聞く この秋飲みたい、おすすめワインって何ですか?

華やかでフルーティー。料理との相性が抜群なワインです。



ピノ・ノワールという品種のブドウだけで作った、軽やかでエレガントな味わいのドイツワイン。すっきりとした辛口で、ラズベリーやゼラニウムの香りが楽しめます。肉料理や鴨などはもちろん、軽いウオッシュチーズにもよく合いますよ。トラウトワイン(¥1,000/グラス)



ゆったりとした、優雅な時を演出してくれる、香りを楽しむワイン。

ほのかにかサブランカの香りが楽しめる南フランス産の赤ワイン。スパイシーで力強く、しっかりとした味わいなので、ブルーチーズなどのちょっとクセのあるチーズと一緒に楽しむといいでしょう。クローズ・エルミタージュ・レ・ザマンディエ(¥1,000/グラス)



スカッと初めに飲みたいスパークリング! キラキラとした奥行きのある黒ブドウの泡。チーズとは是非!

シャキッとした輪郭でキレがあり、ふくよかで奥行きのあるフランスはブルゴーニュの辛口のスパークリングワイン。飲み進むほどにしっかりとした骨格が感じられる飲み口です。魚介料理やあらゆるチーズにおすすめします。クレマンドゥ・ブルゴーニュ(¥1,200/グラス)

ご女性
紹介性が
高いが、
喜ぶ
ワインを
選んで



ワイン食堂
リエゾン茶屋町
ソムリエール
兼店長 東本さん

特命! OSAKA 探検隊! vol.4

指令 その4 「美容のプロに直撃! 秋からのトレンドヘアを潜入取材せよ!」

梅田周辺の穴場スポットやおもしろスポットに潜入調査するこのコーナー。今回はこれからのヘアスタイルのトレンドを探りに、梅田で話題のヘアサロンに潜入してきました!



こんにちは~

何? この甘い声は



どうしますか~

えっと……最近流行っている感じでお願ひします

「髪質そのものが重視される最近では、ダメージケアしながらスタイルを作るのがポイント。髪本来のツヤやコシを保つためにも、シャンプーやヘアケア剤などは髪にいいものを選んでくださいね」という店長の古座谷さん。こちらのサロンでは、薬剤の放置時間を3分間に短縮し髪への負担を軽くした「炭3分パーマ」が人気。ナレルベルのスチームで水分をたっぷり補い、優しくパーマがかけられます。

「レポーター」
「Mr黒幕」
「ナツの組織」
「ヘアのプロ」
「髪質そのものが重視される最近では、ダメージケアしながらスタイルを作るのがポイント。髪本来のツヤやコシを保つためにも、シャンプーやヘアケア剤などは髪にいいものを選んでくださいね」という店長の古座谷さん。こちらのサロンでは、薬剤の放置時間を3分間に短縮し髪への負担を軽くした「炭3分パーマ」が人気。ナレルベルのスチームで水分をたっぷり補い、優しくパーマがかけられます。

「あ、暑い…残暑ですう…」
「タラタラしてると、余計に暑苦しいぞ。まずは髪でも切ろう!」
「女心がわかってないですね。秋からのトレンドがまだわからないから、中途半端に切りたくないんです」
「ならば、情報を先取りする役目として、そのトレンドというのをプロに聞いてきた方がいいじゃないか」
「うっ…そ、そうですか…」
「梅田に話題の美容室があるから、そこに潜入してやるのだ。そして髪を切っていく!」
「はい!トレンドを先取りした素敵女子に変身してきます!」
「ただし!自腹じやぞ!」
「えっ…経費で落ちないんですか?」



大本命のフェミニンスタイルは、フェルシェパーマで柔らかなシルエットを演出して。

POINT



毛先にフェルシェ(やわらかい雰囲気心地よい手触り)シンプルなお手入れパーマをかける



ショートだとこんな感じ

「ショートだとこんな感じ!」って感じになっちゃう!「毛先中心にパーマをかけることで、ボリュームを抑えながらニユアンス感が出るフェルシェパーマがおすすめ。毎朝のスタイリングも簡単ですよ!」



どんな顔型にも似合う、スタイリング自由自在のマツシユショート。

POINT



前髪を長めにするとアレンジが効きます!

ショートヘアはトレンド的にどうかしら?

「ミミムなショート(写真右)は、これからもトレンドですね。ポイントはやっぱり、スタイリングのしやすさです!」時間のない朝でも、サッとスタイリングできるのは、忙しいOL女子にはうれしいですね!「サイドは比較的短めに、耳はすっきりと出しちゃうのがいいと思います。前髪は長めにしておくことで、スタイリングの幅が広がるのでおすすめです。マツシユな感じの無造作スタイリングにも、きっちりできる女風のタイトなスタイリングにも、いろいろな表情が楽しめますよ!」なるほど!「こんな見ちゃって、思い切つてショートにしてイメージチェンするのもいいかも!って思いますね!」

ヘアスバや炭酸水を使ったパーマなど様々な頭皮、髪質改善のサービスを行います。興味のある方は是非!



店長 古座谷さん

周りに差をつけたいあなたは、ちよつぱり個性派マツシユがおすすめ!

POINT



アッシュ系のカラーが◎



DiaLA.特典 本誌をお持ち頂いた方に限り、

★フェルシェパーマ ¥8,000に (+¥1,000 最大Long料金)

ヘッドスバ モエモエをサービス!

★炭3分パーマ ¥10,000に (+¥1,000 最大Long料金)

ヘッドスバ モエモエをサービス!

リラクゼーション ヘッドスバ モエモエ 通常価格 ¥4,200



おもてなしとともに一人一人のお客様の「想い」を読み取り、表現することを第一に考えて日々サロンワークを行っております。たくさんの想いを持ってご来店くださいませ。

Hair art Juice.. 茶屋町店 (ヘアアートジューズ)

大阪府大阪市北区豊崎3-9-7いずみビルB101
tel 06-6371-0800
営業時間 平日11:00-20:00 土日祝 10:00-19:00
http://www.wish-group.net

I'll change

私が

「変わる!」

バージョンアップの秋。

元気いっぱい弾けた夏も終わって、季節はゆっくりと秋になろうとしています。穏やかな季節の変化を感じながら、ちょっとクールダウンして、これからの自分に思いを巡らせてみるのいい季節かも。まだまだ残暑も続くけど、周りのみんなよりも一足早く、気分もおしゃれも秋モードに変えて、新しい季節を楽しんでみませんか?

change

秋の読書で価値観が変わる!

本誌OLライフバイブル連載中の鈴木由歌利さんがおすすめする特別な2冊

私は読書が大好きなので、自宅にはたくさんの本があるけれど、仕事部屋とは別に10冊の本を寝室に置いている。思考の切り替えが必要なとき、大切な人と喧嘩して気持ちがブルーになったときなどに手に取る、私にとっての特別な本たち。心に風を入れるとでもいうのかな、もう一度ジャキッと前を向きたいときにページを開く。言葉は不思議、あいえお…という誰もが使える伝達記号なのに、本という形になるとその並び方や単語の選びようで人に大きな影響を与える。今日は、私の大切な10冊から変わるきっかけくれた二冊を紹介するね。

美人の日本語

「美人の日本語」 山下景子 (幻冬舎)

あのね、知っている?言葉は心を運ぶ船、だから、きれいな言葉を使う人はきれいな人になるってこと。この本には一年365日の日本特有の美しい単語とその解説が書かれていて、日本語を話せること、ここで育った幸せを再認識し、優しく柔らかな気持ちにさせてくれるの。

愛する言葉
岡本太郎
岡本敏子

「愛する言葉」 岡本太郎・岡本敏子 (イースト・プレス)

二冊目は短い掛け合いのようなふたりの言葉がきらきら輝く、岡本太郎・敏子さんの「愛する言葉」。どれだけ時間が経っても色褪せず、その時々にあわせ強く、まるで胸を掴むように「今」と「愛」を問いかけてくる。ゆっくりと何度でも言葉を味わうように読んでね。



夏から変わり、秋のレースはしっとり女らしくがテーマ。きれいなカラーのボトムスはくるぶしが見える絶妙バランスの七分丈。お嬢様ヒールを合わせて心の変化に合ったコーデを楽しんで!

バイカラーレースシャツ ¥9,975、ベルト付チノロングパンツ ¥12,390、ヘアクリップ ¥5,980 [クルーン ア ソング] P34 MAP 92 / シューズ [スタイリスト私物]

change 心得ひとつで女が変わる!

女子力があがる新マナーをご紹介

ほんの少しの気配りや、ちょっとした立ち居振る舞いを意識するだけで、あなたも素敵なオフィス美人に変身できるはず。そのための、プチテクニックをご紹介。あなたもワンランク上の大人の女性に変身してみない?

★受話器の下の方を持ってオフィス美人

肘をついた姿勢や、だらしくふんぞり返って電話する姿は、みっともなく見えるもの。電話を取るときはしっかりと背筋を伸ばして、顔を上げて話すようにして。そしてポイントは、受話器の下の方を持つこと。それだけで、とてもスマートに見えますよ。

★返答に相手の名前を織り交ぜて好印象

上司から何か指示されたときや、先輩の話に相づちを打つとき、「はい、田中課長」「わかりました、山下さん」という具合に、相手の名前を入れてみましょう。ちゃんと話を聞いているという印象を相手に与えることができ、信頼関係を築くことができます。

★振り向きときは顔だけでなく体全体で

デスクで仕事中に上司に呼ばれたら、顔だけではなく、「はい」と返事しながら上半身に向けてように心がけて。より心のこもった誠意の感じられる返事、という印象になります。パソコン画面をにらんだまま、「はあーい」なんていうのは、もってのほかですよ!

私が「変わる」コラム no. 2

紺をベースにした大人っぽいコーデ。シックな印象のベルト柄ワンピースに、ベルベット素材のコンパクトなジャケットを羽織って秋らしいオンススタイルに。

ジャケット ¥30,450、ワンピース ¥23,100
[スピック&ソフ] P34 MAP 74 / メガネ(ウェリントンフレーム) ¥7,350[Zoff] P34 MAP 49
/ タイツ、シューズ [スタイリスト私物]



トラッドスタイルにちょっぴり遊び心をプラスしてみない?! ふんわり透け感がかわいいチュールスカートに1日中ラクな履き心地スニーカーでラブにくずしてみて。

バイビングジャケット ¥23,100、カットソー ¥5,985、ブラウス ¥19,950、スカート ¥29,400、スニーカー ¥6,195、イニシャルネックレス ¥3,150 [ドゥースール 5 サンク] P34 MAP 53



華のあるミックスツイードは秋のオシャレの定番。きれいなグリーンのパックシャンドesignワンピと合わせて、大人のかわいさを演出してみてください。

ツイードノーカラージャケット ¥35,700、バックシャンワンピース ¥17,850、ベルト ¥11,550 [リエス] P34 MAP 57 / ショートブーツ、バッグ [スタイリスト私物]



レトロ感漂うディテールが魅力のチュニックブラウス。ゆったりめのシルエットには、ALL USA MADEにこだわったスキニーを合わせてスタイリッシュに。
 ブラウス ¥27,300、パンツ ¥19,950、ネックレス ¥13,230、バッグ ¥28,300、ハット ¥6,930 [シブブス] P34 MAP 15 / トランク [スタイリスト私物]

話題の“KAATSU”でボディラインを変える!

あの有名タレントもはまっている!? 人気トレーニング「加圧」。梅田の加圧トレーニングクラブ「ADAMAS」さんで、詳しいお話をお聞きました。

加圧トレーニングとは、腕と脚の付け根に専用のベルトをつけ、適正な圧力をかけて血流量を制限してトレーニングを行うもの。少ない負荷&短時間でも大きな効果が期待できるトレーニングです。注目はそのダイエット効果!通常の290倍の成長ホルモンが分泌され、運動で刺激を与えた筋肉周辺の脂肪分解を促進する効果があると言われています。基礎代謝が上がるので、太りにくい体づくりに効果!さらに、血行促進による冷え性の改善、成長ホルモンの分泌促進による美肌効果など、女性にうれしいメリットがいっぱい!希望に応じてインストラクターがメニューを組んでくれるから、気になるところの部分痩せにも対応可能です!さあ、あなたも加圧トレーニングでボディラインを変えてみない?!



私が「変わる」コラム no.3



「気軽に体験レッスンに参加してみてくださいね!待ってます!」とってもリリが良くて気さくな、インストラクターの松田さん(左)と大嶺さん(右)。

加圧トレーニングクラブ ADAMAS
<http://www.adamas-kaatsu.com>
 大阪市北区芝田1丁目10-10 芝田グランドビル 13F 1302 tel:06-6373-3033
 営業時間/平日10:00~21:00・水10:00~17:00・土日10:00~19:00 定休日/祝日
 ※完全予約制です。まずはお気軽にお電話ください。

ライフスタイルコンサルタント鈴木由歌利さんによる、OLライフに「JOY」と「WOW」と「LOVE」を与えてくれるエッセイ。

「まずは外見を変えてみる」

外見より、まず内面...とはいえ、一朝一夕ではどうにもならない。私はいつも、外見を先に変えることを勧めるの。外見はその人を表す大切な要素だし、見栄えが変わればモチベーションも上がるよね。その人に似合う色・カタチ、その日会う相手や季節を考慮に入れた装いで約束の場所に現れてくれる、そんなおしゃれな人との時間は最高に楽しい。初対面であればなおさら、くっきりとした印象が心に残る。じゃあ、そのおしゃれな装いができるようになるにはどうしたらいいのだろうか？実は...と前置きするほどの話ではないけれど、私にとって洋服とお買物は大好き物、衣

替えをする頃にはきまってるはずと買物虫が騒ぎだす。ブランドにはこだわらない。自分がイメージする「色・アイテム」を探し、着て出かけるシチュエーション、自宅クローゼット内の服たちを掛算して買う買わないを決める。この脳内クリエイトイブ・ワークがたまらなく好き。今でこそ、クライアントのために自信を持って服のコーディネートをするまでになつたけれど、若い頃には失敗もたくさんあったよ。人間は習い性のイキモノでしょ？少し冒険して、いつもと違うものを手にとつて合わせてみても鏡の中の自分がいまいちくず、つい同じ色・カタチの服を選びがち。でも、それではつまらな

い。いつまでたっても「同じ私」のまま。まずは「いつもの」という選択肢を横に置こう。色物トライのビギナーさんのために、コーディネート法のお勧めを教えるね。まず、着る服の色目を抑えた一色に統一する。そしてバッグや靴、ストール等1〜3点の小物を鮮やかな色や柄で揃える。これだけで好印象を与える素敵な着こなしになるよ。決めつけず、若いうちにあれこれ挑戦してみなくちゃ粹なセンスは身につかない。経験がなにより。学びだもの。いつの時代も、お買物ほどオナゴコロを湧き立たせるものはない。さてと、早速お買物に行こうか、ご機嫌な笑顔を連れてね！

鈴木由歌利の

OLライフ バイブル

vol.4

Profile



鈴木 由歌利
(すずき ゆかり)

横浜に生まれる。幼少期は長唄師範の伯母が営む料亭旅館で三味線の音を子守唄に育つ。1993年渡米し、婦人服買付、輸出業務を経た後、商業インテリア・デザイン会社ディレクターとして勤務。同時期に「CREA」、「BRUTUS」、「sesame」等ファッション誌企画コーディネーション、原稿執筆にも注力した。2006年、「世界にJOY(喜び)とWOW(感動)を広げる」を理念とするコンサルティング・ファーム、(株)JOYWOWを設立、代表取締役社長就任。経営・育成コンサルタントとして、組織再構築、人材育成等を担当。人に焦点を当てた独自のコンサルティングが強い。



ゆる〜く羽織れるノーカラーブラウスは、胸元のポケットのデザインがポイント。ラインのきれいなスキニーとのコーデで、ちょっぴりボーイッシュなテイストに。

ノーカラーチェックブラウス ¥9,975、モルスキンスキニーパンツ ¥11,550、FERRUCCIO VECCHIハット ¥9,975、SACHA LONDONローファー ¥22,050【ノアリック】P34 MAP 10

歯が白くキレイになると、笑顔が変わる!



私が「変わる」コラム no.4

コーヒー、紅茶、タバコ、そして遺伝や加齢によっても生じる歯の黄ばみ。歯が汚れていると、それを見られたくないという気持ちから、笑顔も控えめに...。歯が白くきれいになると、笑顔に自信が付くのはもちろん、選べる口紅のカラーのバリエーションが増えるんですさらに、5〜10歳ほど若返って見えるんですよ。それぐらい歯や口元は、顔の中でもとても大きく印象を左右します。口元の魅力アップ、この機会に一度トライしてみてくださいいかが？



「無料カウンセリングもやっていますので、お気軽にどうぞ!」笑顔が素敵な店長の辻さん。とっても丁寧に施術メニューの説明をしてくれました!

ホワイトエッセンス
デンタルクリニック梅田 P34 MAP 98
tel:06-6344-4618
営業時間/
月〜土 11:00〜20:00(受付は19:00まで)
日・祝 10:00〜19:00(受付は18:00まで)

- ¥3,150のプチプラメニューを10種類ご利用。審美歯科ならではの本格デンタルエステを気軽にお試しできるこのチャンス!ぜひ一度体験してみてください。
- 「歯石取り」
 - 「歯の茶渋・ヤニ取り」
 - 「歯周病予防トリートメント」
 - 「虫歯予防トリートメント」
 - 「極上歯磨き」
 - 「歯ぐき経路指圧」
 - 「ほうれい線ケア」
 - 「小顔骨気」
 - 「ホットリップエステ」
 - 「ごっそり口臭除去」

私たち、清く、可愛く、カッコよくを目指します!!

オシャレ向上委員会 肌と髪 の “夏 疲れ” リペアするなら 今!



Skin care

この夏のお肌のダメージ、そのままにしておくと後で後悔することに!



美白美肌Point

17. 肌のコンディションを整え、ワランク上の内側から輝くような肌へ。SK-IIセルミネーションエッセンスEX 30ml ¥15,750/50ml ¥22,575、18. 独自の美白成分がメラニンの生成を抑え、シミを防ぎます。SK-IIホワイトニングスポットスペシャリスト 30ml ¥9,975/50ml ¥14,175 [美スキ・マックスファクター] P34 MAP 29

美白美肌Point

16. メラニン生成を効果的に抑える28日間集中の美白プログラム。SK-IIホワイトニングスポットスペシャリスト コンセントレート (0.5g×28個) ¥15,750 [美スキ・マックスファクター] P34 MAP 29



美白美肌Point

14. 細胞分裂パワーを活性化。プルンとやわらかい赤ちゃん肌! アルビオン エクサージュ セラムバース 40ml ¥5,250、15. 美白&アンチエイジングで、ダメージ肌を回復します。イグニス VQ コンセントレートバイタルスイッチ 40g ¥12,600 [ALBION Produce by COHRO e-PRO] P34 MAP 97

美白美肌Point

24. 薄くのばすだけで夏のお肌の疲れを隠してくれる万能下地。ミッシュンリアントリートメントプレメイク (8/27~発売) ¥4,200 [エイボンビューティセンター] P34 MAP 37

美白美肌Point

19. お疲れ気味の目元、ふっくら柔らかに整えます。目元用保湿クリーム、アイセラム 8g ¥1,785、20. 目元にハリと弾力をよみがえらせる複合エイジングケア。目元美容液。BCアイエッセンス 8g ¥3,500、21. メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ美白クリーム。ホワイトニングクリーム 18g ¥2,800、22. 高保湿クリームで、お肌にみずみずしい潤い。モイスチャライジングクリーム 18g ¥2,300、23. ハリと弾力のある肌を整えてくれる、エイジングケアクリーム 18g ¥2,800 [ファンケルハウス] P34 MAP 40



24

13



美白美肌Point

13. ヒアルロン酸を超えた優れた保湿成分を配合した、頼れる一本。イルームセルフモイストプログラム 30g ¥5,040 [美スキ・マックスファクター] P34 MAP 29

14



美髪Point

3. 洗い流さないトリートメント、4年連続シェアNo.1の大人気商品です。ラサーナ海塩ヘアエッセンス ¥1,050、4. 人気の3商品が手軽にお試しできるセット。旅行用としてもおすすめ。ラサーナ潤ツヤ美髪トリアルセット ¥1,260 [ハルシーハウス コクミン] P34 MAP 51

美髪Point

1. 濃厚オイルが疲れた頭皮をやわらかく解きほぐしてくれます。イグニス スカルプオイルマッサージ (頭皮用ヘアトリートメント) 100ml ¥2,940、2. ゴついた髪を一吹きでまとまるツヤ髪にするオイル状ミスト。イグニス オイルインヘアミスト 120ml ¥2,940 [ALBION Produce by COHRO e-PRO] P34 MAP 97



美髪Point

6. ナサツさがちなダメージヘアに潤いを。毛先まで輝く髪に。レインフォレスト モイスチャーシャンプー 250ml ¥1,365/400ml ¥1,890、7. ダメージヘアに潤いを与え、しっとりとしたしなやかさを。レインフォレスト モイスチャーコンディショナー 250ml ¥1,365/400ml ¥1,890、8. 特にダメージが気になるときの、しっかり浸透集中ケア。レインフォレスト モイスチャーヘアトリートメントバター 200g ¥1,890、9. スプレーするだけでダメージを防ぐ、洗い流さないトリートメント。レインフォレスト ラディアンスタイリングスプレー 250ml ¥1,680 (9/13まで10%OFF) ¥1,512 [ザ・ボティショップ] P34 MAP 35

美髪Point

5. 5.5つのハーブエキスとシルクエキスが浸透し、髪の内側からしっとりサラサラに。ハーブヘアエッセンスハーブフェクトリペア 120ml ¥3,675 (~9/14までの限定発売) [ハウス オブローゼ] P34 MAP 39



美髪Point

10. なめらかで艶のある髪に。スタイリングしやすさが実感できます。ファイブハーブ ラディアンコンディショナー 250ml ¥2,625、11. カラーリングを落とさずなめらかでツヤのある髪に導く、最高峰のヘアケア。ファイブハーブ ラディアンシャンプー 250ml ¥2,310、12. 髪に栄養を与えまとりのある髪に。カラーリングしたの艶をキープ。ファイブハーブ ラディアンヘアマスク 250ml ¥5,040 [ロクシタン] P34 MAP 27

12

美髪Point

10. なめらかで艶のある髪に。スタイリングしやすさが実感できます。ファイブハーブ ラディアンコンディショナー 250ml ¥2,625、11. カラーリングを落とさずなめらかでツヤのある髪に導く、最高峰のヘアケア。ファイブハーブ ラディアンシャンプー 250ml ¥2,310、12. 髪に栄養を与えまとりのある髪に。カラーリングしたの艶をキープ。ファイブハーブ ラディアンヘアマスク 250ml ¥5,040 [ロクシタン] P34 MAP 27

オシャレ向上委員会特別顧問
ディア子・デラックス

髪は「DiaLa」の編集部スタッフ。しかしその裏の顔は、遠く子も驚くオシャレ向上委員会の特別顧問。性別は…どっちだっただけでしょ! そんなこと! ディア子が、みんなたちのイケてないところをスバスバ斬るわよ!



ディア子・デラックスのひとこと言うわよ!

「髪バサバサじゃあ、安っぽい男しか寄ってこないわよ!!」

夏もそろそろ終わね…ひと夏の恋、楽しんだ? あたし? あたしの話はどうでもいいのよ!! とこころであんたたち、夏の日差しで傷んだ髪はケアしてる? 紫外線で傷むのはお肌だけじゃないわよ。髪がバサバサでツヤがないと、すぐピンポーンと見えちゃうの。おしゃれをしても、安物の服を着るようにしか見えないわね。女はね、安っぽく見えたらおしまい! 安っぽい女には、安っぽい男しか寄ってこないの。安っぽい恋愛をしているのは、自分が安っぽいからよ。素敵な恋愛がしたかったら、まずはとにかく髪をツヤツヤにしなさい!! わかった?!



Hair care

夏の日差しはあなたの髪を想像以上に傷つけているんです!

子供を産めるのは女性だけ。
あの出産の達成感は女にしか
味わえない!

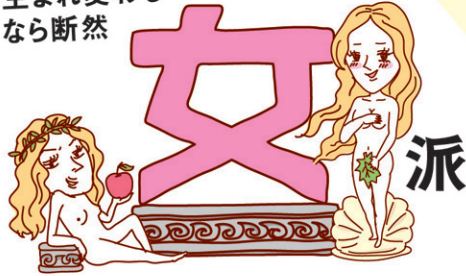
(29歳・アルバイト)

女の武器には
男は勝てない!

(31歳・OL)

泣けば許されるの
泣けば許さないの

生まれ変わる
なら断然



レディースデーや、女性優先座席
など、お得がいっぱい!

(28歳・パート)

働かなくても生きていける
=男に食べさせてもらえる。

(24歳・主婦)

重い荷物は持ってもらえるし〜、
上司からも優しくされるし〜、
女子最高!

(25歳・マスコミ)



(26歳・主婦)

意外と自分ではわからない、自分の変なところ。でも、実はみんな変だったりするんじゃない?
私でもしかしてちょっと変?そう思うこと、ありますか?

胸毛フェチなところ。
あの毛並みがたまらない(ヨダレ)

(25歳・OL)

音楽がかかると踊りだしてしまう。
勝手に体が動くんです!

(24歳・OL)

変とは思っていないけれど、
私がお金を稼ぐ大黒柱で、
主人が主夫をしているところ。

(24歳・OL)

おっちゃんだけの
飲み会でもノリノリに
なれるところ。

(24歳・アパレル)



(24歳・OL)

隣の酒を
うらに飲
し暴ん
いだら

(25歳・看護師)

黙ってられない。
喋らないと具合が
悪くなる。

(25歳・OL)

ウサギを飼ってるんですけど、
食べ方やしぐさが似てきた気が。
最近は夜行性になってきたし。

(31歳・OL)

オタクなところ。今はモモクロに
ハマってます。

(25歳・OL)

生まれ変わるとしたら

「男」と「女」、
どっちがいい?...編

言いたいけど言えない、でも誰かに言っちゃいたい!そんなリアルな女性の声をどどん!と
集めました。今回のテーマは、「変わる」。「変わりたい!」っていう熱い理想(?)から、「変わってる?」
っていう素朴なギモンまで、盛りだくさんの、これが「女のホンネ」です!

100名の女のホンネ、
聞いちゃいました!

REAL
リアルヴォイス
VOICE

※ディアモール館内でのアンケート取材
(2012年6月)を中心に約100名の
女性の声を編集しました。

〈アンケート結果〉Q.どっちもメリットもあればデメリットもあるよね。でも、選ぶなら、どっち!?

男...38% 女...62%

約3分の2が、今のまま女に生まれたい、と回答。それなりに、みんな満足してるのね。男に生まれ変わりたい、っていう理由は、かなり肉食系の回答が多かったです(笑)。

生まれ変わるなら断然

男がいい!毎月しんどい思いも
しなくていいし。

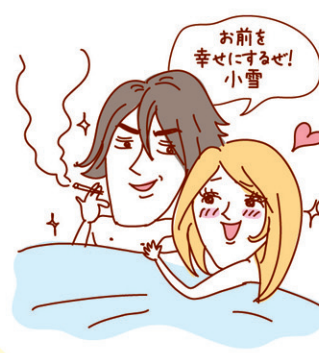
(26歳・OL)

女性をナンパして、
朝帰りしてみたいから。

(33歳・アパレル)

男性の自由なところに憧れる。浮気もできるし...

(29歳・主婦)



きれいな女の子の
いるお店でお酒を
飲みたい。

(27歳・IT関係)

福山●治みたいな男前になって、
きれいな女性にあんなコトや
こんなコトをしてみたい...
ハアハア...

(33歳・アパレル)



熱血男子になって、裸で
暴れたり、海に向かって
叫んだりしてみたい!

(21歳・販売)



野菜パテのロールサンド

見た目もカワイイ、パクパク食べれちゃう一口サイズのロールサンド。



野菜パテのロールサンド

1. 食パンにごまペーストを塗って、お好みで下記のパテを塗る。
2. くるくる丸めてラップに巻いて落ち着かせる。

《人参パテ》

●人参・1/3本(すりおろす) ●玉ねぎ(小)・1/2個(みじん切り) ●オリーブオイルまたはバター・10g ●塩・小さじ1/2

1. オリーブオイルを熱し、玉ねぎをじっくりとよく炒める。
2. 塩を入れてさらによく炒め、透明感が出てきたら人参も入れて炒める。
3. 水分がなくなってきたらOK。味をお好みで整えて。

《アボカドズッキーニパテ》

●ズッキーニ・4cm(みじん切り) ●アボカド・1/2玉(つぶす) ●玉ねぎ(小)・1/2個(みじん切り) ●オリーブオイルまたはバター・10g ●塩・小さじ1/2

1. オリーブオイルを熱し、玉ねぎをじっくりとよく炒める。
2. 塩を入れてさらによく炒め、透明感が出てきたらズッキーニも入れて炒める。
3. 冷めたらアボカドを混ぜる。味をお好みで整えて。

《かぼちゃパテ》

●かぼちゃ(小)・1/6個(茹でてつぶす) ●麻の実ナッツ・大さじ1 ●塩・小さじ1/2

1. かぼちゃを茹でてつぶす。
2. 塩と麻の実ナッツを入れて混ぜ、味をお好みで整えて。

Profile



「くみちゃん」大矢 久美子さん

1977年生まれ。長野県出身。2008年まで「マクロビオティック」と「hemp」をコンセプトにした「オーガニック和カフェ 和みや優麻」を経営。
※本来、マクロビオティックでは肉類や卵、乳製品は使用しませんが、このコーナーではあくまでも考え方に基づいて、柔軟性を持ったメニュー開発をおこなっています。



矢の庵 〒639-3115 奈良県吉野郡吉野町吉野山3396 【電話】090-2478-5834 【営業時間】11:00~17:00 (やまとあん) 【不定休・時期によって営業時間に変更あり。詳しくはお問い合わせください】(携帯HP)http://www.just.st/7152343/

大人の遠足 in 吉野 開催

いつも素敵なお弁当を提案してくれるくみちゃんのお料理を実際に食べて欲しい!と企画しました。素敵なお食事と共に秋の吉野を満喫するプランです。

定員:先着15名様(18歳以上の男女)/参加費:¥5,000/日時:9月23日(日) 10:00~16:00(予定) ※荒天中止
応募、問い合わせ先:(株)リックコミュニケーションズ「くみちゃんの大人の遠足企画」係
tel:06-6309-2203(受付時間 月~金10:00~18:00)/mail:diala@ricc.co.jp 詳細はHPにて☞ http://www.diamor.jp

くみちゃんの
食べてキレイに
なるお弁当
vol.4



今回のテーマは
「体の中からキレイに変わるお弁当」

野菜を美味しくたっぷり摂ることができるとお弁当で老廃物を排出し、内側からキレイを磨きましょう。

もちきびごはんの野菜たっぷり弁当

もちり食感のごはんと、野菜たっぷりのおかずのハーモニー!



a. ひじきとアマランサスの揚げ春巻

1. アマランサス1/2カップをよく洗い、2/3カップの水で炊く。沸騰したら弱火にして10~15分。火を止めて蒸らす。
2. 炊き上がったアマランサスと前日の残り物のひじきの煮物を混ぜる。
3. 春巻きの皮に包み、180℃の油でカラッと揚げる。

☆ひじきの煮物以外にも、きんぴらごぼうや切り干し大根などの前日の残り物をアマランサスと一緒に春巻きにするととっても美味しくできます。色々アレンジを楽しんでみてね!

b. キャベツロールクミン焼き

1. キャベツ2枚、人参1/4本(格子切り)、いんげん6~10本を茹でる。
2. 茹で上がったら、キャベツで人参といんげんを巻き、クミンを振りかける。
3. フライパンに油を少し熱し、長いままのキャベツ巻きを焼く。最後に醤油を回しかける。冷めたら食べやすい長さに切る。

c. おくらとトマトの煮びたし

1. おくら6本を塩で板ずりしてから茹で、茹で上がったら氷水に取る。
2. ミント8~10個を湯むきする。
3. かつおだし200cc、酒小さじ1、みりん小さじ1、塩小さじ1/4を煮立ててポウルに移し、熱いところにおくらとミントを入れる。
4. ボウルの底を氷水で冷やしていく。

HAPPYタロット占い

8/24 ~ 9/20 まで

なんとなく空が高く、流れる雲が秋を感じさせてくれるころ…
季節のうつり変わりにともない、自身も変わる素敵なきでもあり
ます。晴れた夜に、月を眺めると心も体も癒され簡単にHappy
チャージできるのです☆

香月 凜
RIN KODUKI

らんぶ倶楽部認定タロットコンサルタント。
2002年より活動を開始。現在、京阪神を
中心に活動中。

JANUARY 1月 生まれ

★**全体運** 体力ダウンからか?!15日過ぎからテンションが上がらず「どうでもいいか…」状態、周囲からもやる気がないように見られがち。ですが、実は精神的には安定し、とっても自信に満ちあふれる期間なので、心中は強く保てて。ただ、周りからはがんばっていたことを、諦めた様に映るので、「あのこワガママだわ」といったように誤解されてしまうかも。恋愛関係は思いが通じ合い、とてもハッピー。パートナーのいないあなたは「ご縁」が強くなる時なので、アンテナは常に張って。家族や身近なパートナーがこの時期キーマンになるので、大切にね☆
★**避けること** 「ケンカすること」**自分**のペースで仕事を進めると、自分勝手と思われそう。そんな周囲の声を耳にしてカチンとくるかもしれないけど、ケンカはどんな形であれ避けて。
★**ラッキーポイント** 「夢中になること」**興味**があることに夢中になると、置き忘れてしまった、ハッピーを取り戻せそう。

FEBRUARY 2月 生まれ

★**全体運** ニュートラルに楽天的に心を保てる時期になるよう。長い間考えていたり悩んでいたことに答えが出てきそうな空気が漂い「やれやれ…」といった安堵の心境。仕事や習い事など何かの理由で、一度途切れてしまったことを復活させるチャンス。もう一度取り組めるチャンスの波を逃さずキャッチして。問題を長時間かけて、やっと答えを出そうとしている姿勢は、周りの目にはあなたが慎重派を通り越して臆病なタイプに見えてしまっている。根暗イメージを払拭させ楽天的なキャラを表に出すようにすると周囲とのバランスが上手くもてます。
★**避けること** 「物欲を満たそうとすること」**今**あなたの物欲はブラックホール級欲しいものを手に入れても、物では心は満たされない時期なので、保留キープを心がけよう。
★**ラッキーポイント** 「年下の彼」**先輩**が恋を運んで来てくれたり恋の悩みを解決してくれたり、年下の彼と恋におちたり?。この時期Happyキーマンな年下の彼を探してみよう♡

MARCH 3月 生まれ

★**全体運** 暑い夏、体力を消耗し特に精神的にモチベーション上からダメージが大きかったのでは?だけ朗報です!じきに「再生・復活」の波がやってきそう!まだ人付き合いがうまくない心境かもしれませんが、無理せず心をゆとり保て。「11時」が一つのキーワード。午前11時のお茶、午後11時のワインなど「11時」にリラックスするようにしてみよう!早くHappy方向へ進んでくれる要素となりそう。人間関係では「Love」愛をもって接し接される良い関係となり仕事面でもバリバリと案件をこなすイコールして報酬もUP!金運が巡ってきそう!とにかく夏疲れしたハートを癒やすことを優先しましょう。
★**避けること** 「面倒くさって病院に行かないこと」**健康**が取り柄な、あなたかもしれませんが、夏疲れした心を感じたらドクターに相談を☆早く回復へ向かうコトとなりそう。
★**ラッキーポイント** 「静観すること」**大学**教授**困**ったことはまず静観し、じっくり考えるように。また大学の一般向け特別講座などに参加してみよう!普段聞かない教授の言葉にHappyワードが含まれていそう☆

APRIL 4月 生まれ

★**全体運** 海外旅行に行きたいその身が感じているように身近な社会より、遠くの世界に興味・ご縁ある時期となりそう。引越、転職など次のステップに進むプロセスの時なのかもしれない。中には早くもそいつったことを実践されている人もいらっしゃるのではないだろうか。お仕事面では身近な人たちが支えてくれたり、家族の力も大きなパワーとなる時期なので、コミュニケーションを密にとりて仕事内容も謙虚なあなたの行動が評価されより良い方向へ☆欲しかったモノを、自身のご褒美として手に入れることもいいでしょう!この先困ったことが起きても、それを見て勇気づけられる経験豊富な存在となるよう。
★**避けること** 「その場の空気を読まないこと」**成功**とは裏腹に小さなトラブルやミーティングがヒートアップして喧嘩になったり…短気になりやすい時期でもあります。置かれている立場をよく感じ取って!
★**ラッキーポイント** 「ゼロ」**ラッキー**ナンバーは「0」、また丸いモノを身につけるのもHappyを引き寄せるおまじないにもなるよう☆

MAY 5月 生まれ

★**全体運** とても穏やかでハッピー感あふれる時期です。「思いやり、優しさ」が今のあなたにピッタリな言葉ではないでしょうか。実は内面的には人見知りで暗い性格と自覚している、周囲の目は控えめなタイプと映っているようです。それらがこの時期プラスに働いて「思いやり、優しさ」をテーマにして過ごされると良いですよ。恋愛面では情の深い人と高評価されプロポーズされたり、スピード婚!って流れになるかも!とにかく優しく誰とも接するようにすれば、そのチャンスは高まるよう。与えられた仕事や用件に対し相手の立場に立ち、きっちり義務を果たそうとする姿を上司や会社は高く評価、一気に多くの仕事を任せられ目回ることに!スタミナたっぷり乗り切ろう!
★**避けること** 「エネルギーでパワフルな人付き合い」**今**は優しく穏やかで思いやりのあるキャラクターで、熱くなったりパワフル、情熱的なキャラは今がマイナスです。
★**ラッキーポイント** 「社長」**社長**やスポンサーなどから仕事の同行、食事のお誘いなどがあれば、すすんで行って。ハッピーのヒントが見つかるかも。

JUNE 6月 生まれ

★**全体運** 最近、願い、思いが通じ「昇進、昇格」のような、何か目に見えてUPしたことがあったのでは?本心ではもう少し評価してもらっても良かったの…と少々不満気?けれどもそのUPは外面的にもわかるくらい、一回り大きな人間に成長させてくれるよう。そして人間による恋愛面ではメールの行き違いなどタイミングのズレが重なりたいのに会えない切ない感じに。単純にずれてくるだけなので、あきらめずママに連絡を!生活面では仕事重視の日々、ハリのある毎日で、心地よいペースになるよう。買い損ねてしまった、あのキラキラしたモノ!再度目の前に現れそう、そのときは迷わず手に入れたら吉☆
★**避けること** 「すべきことをしないこと」**社会的**に果たさないとはいかないこと、例えば事務的な報告書や見積もり、会社の掃除など多忙さを理由に果たさないことはマイナス作用となりそう。
★**ラッキーポイント** 「シンク口を認識すること」**シンク口**を認識するとHappyと遭遇!

JULY 7月 生まれ

★**全体運** 迷いに迷って何にも決められない…何事にも決められない人になってませんか?以前は明確に将来像があったはずなのに、最近わからなくなってきた心境なのかもしれません。でも大丈夫!今はあなたと周囲のスピードが合っていないだけなので、ひと呼吸置いてよまわりのスピードを観察し合わせるようにしてみましょう。だってこの時期あなたの頭上には無限大のマークが輝いています。技やコツさえつかめれば怖いモノなし?始めようとしたことをスタートさせるにも良い時期です。恋愛面では元気のお裾分けをしてあげるとLoveパワー増18の付日デートできそうとHappyを心底感じることでできそう♡
★**避けること** 「自分を責めること」**あなた**の発言で同僚が辞めたり、縁が切れたり…。たまたまリンクしただけの本当の原因があなたではありません。自分を責めないで。
★**ラッキーポイント** 「無限∞」**心**と体に「無限∞」というキーワードが宿る時、手帳や携帯メモに「∞」マークを記してHappyを呼び寄せましょう!

AUGUST 8月 生まれ

★**全体運** 夢見てた結婚が決まったり、欲しかったセブな品が手に入った、お仕事で成功したり「ワーオッ」と思わず声を出してしまいたいような嬉しいことが起きそうです。心もいつもよりパワフルに保てそうなので、この時期将来設計をするのもGoodです。幸せの充実感を味わう時期ですが、「思い通りになる」ことは違います。何も言わなくてもわかってくれるはず…なんてテレノシーは通じません。思いは言葉にして伝えましょう。相手を尊重する行動を取ると、相手はあなたの生活面を力強くフォローしてくれそう。ビジネス面でも、ちょっとしたラブルに巻き込まれても一過性のこと。嵐が去るのを待って吉。また、エアコンによる冷気にも注意!
★**避けること** 「過剰すぎる夢や浪漫を抱くこと」**過剰**な妄想が現実とのギャップを引き起こしモチベーションダウンの原因に…ほどほどに。
★**ラッキーポイント** 「家族や身近な協力者と会うこと」**自分**が素のままでいられる人と会うことでコミュニケーションを図ることで、素直な笑顔に♡その笑顔にHappyが掛けられます。

SEPTEMBER 9月 生まれ

★**全体運** 物事が思い描いた通りにならず、気分が沈んで臆病になっていませんか?それはもしかすると恋愛が原因かもしれません。複雑すぎる人間関係が作用し嫌気すら感じてしまうので、しっかりとがんばり、仕事や勉強など資格を取得したりする等、一つのことだけに打ち込むと、思い詰める程落ち込むことも少なくなるはず。あなたの苦しみ?今夏も過ぎ去ろうとしているので食欲も戻り体力UP!元気はつらつらになっていよう。自身を苦しめてた罪悪感も仲間が良い人間関係を築いてくれ気持ちラクになるでしょう☆
★**避けること** 「疑心暗鬼で仕事をすること」**悲観**的になるとHappyも寄ってこないかも?いやな自分に変身してしまつたら大声で「やー!!」と叫んで邪気払い!
★**ラッキーポイント** 「健康面にお金をかけてみる」**スポーツ**ジムに通ったり、パーソナルトレーナーとマンツーマンで体力向上を目指したり、エステに行ってみたりすると心が晴れだし、Happyを感じられる自分に变身!

OCTOBER 10月 生まれ

★**全体運** 今まで経験したことがないような、仕事を任せられオーバーヒートする?いやいやオーバーバー?と嘆くほど多忙な毎日になりそう。救いはそのLoveなパートナーや夫婦仲はとっても良好、相思相愛!精神的には冷静を保てているのでバランスを崩すことはないでしょう。プライベートでしっかりエネルギーを充電し翌日の仕事に備えればOK!切り替えが大切。さすが過度な仕事内容が大抵です。ですが過度な仕事内容があなたで行ってプライベートの甘えが過度になりそうな雲行き…「わがまま」に変化しないよう節度を持つよう心がけて吉。大変なお仕事をこなすあなたのがんばりは、会社などでは好印象を持たれ評価UP!夏ばてした体調も回復へ☆
★**避けること** 「追い詰めること」**仕事**でキャパいっぱい毎日となりそうなので、夢や個人の目標を達成すること、困難な時期。自身を自分で追い詰めるのは避けよう。
★**ラッキーポイント** 「LOVEな音楽を聴くこと」**ハート**がLoveを欲しています。ハートのモチーフを身につけるのも良いでしょう。心にハートかLoveのワードを描くのもGood♡

NOVEMBER 11月 生まれ

★**全体運** 希望を見いだせ「キラキラ☆」できる時期となるでしょう。静かに温めていた計画にも答えが出て好きな人間関係を築いていけそう。もちろん輝いている時ですから、あなたのとった行動はゴールに向けてまっすぐ!自信が持てなかった恋愛に関しても結果がついてくるよう。少しお仕事で、現在迷走している人事やグループ内のことで振り回される傾向にあるよう。複雑な相談事など安請け合ひし、トラブルに巻き込まれないよう注意が必要。まずは断り上手が、お仕事上手☆まく切り抜けスムーズながんばりは、会社などでは好印象を持たれ評価UP!夏ばてした体調も回復へ☆
★**避けること** 「雑な生活」**曖昧**な生活が体調面に現れそう…掛かり付けの病院で生活指導を受けてみるのもGoodでしょう。
★**ラッキーポイント** 「頼まれごとを快く引き受ける」**依頼**された仕事や、誘われたボランティアなど快諾し、かつスピーディに段取りよくこなすようにしてみてください。そこから素敵なHappyなご縁と巡り会えそう感じます!

DECEMBER 12月 生まれ

★**全体運** 気分的に白黒はつきりさせたくない曖昧モードになりやすい時期。それもそのはず、最近起こったわけのわからない出来事にフリーズして対処法とどまらぬ、あなたの心境もフリーズしてしまっている。それは、実は自身の「ジェラシー」が巻き起こしてしまつた事件だったのかもしれないよ。心に手を置き大きく深呼吸。冷静に状況を判断し見つめ直していきましょう。自身のワガママを改めてみよ。複雑な相談事など安請け合ひし、トラブルに巻き込まれないよう注意が必要。まずは断り上手が、お仕事上手☆まく切り抜けスムーズな業務進行心がけて吉!
★**避けること** 「雑な生活」**曖昧**な生活が体調面に現れそう…掛かり付けの病院で生活指導を受けてみるのもGoodでしょう。
★**ラッキーポイント** 「頼まれごとを快く引き受ける」**依頼**された仕事や、誘われたボランティアなど快諾し、かつスピーディに段取りよくこなすようにしてみてください。そこから素敵なHappyなご縁と巡り会えそう感じます!

今だけのお得!「キャンペーン情報」

今秋のNEW!「新店 & 新商品情報」

COMPAL < ブライダルギャラリー by コンパル >

P34 MAP 5

「スペシャルウエディングプラン
特別プレゼントキャンペーン」

有名ホテルからハウスウエディングまで、
ディアモール店だけのお得なウエディング
プランをラインナップ。さらに期間中に
ご成約いただいた方に、特別プレゼントを贈呈!
※特別プレゼントはホテル・式場により異なります。詳細は店舗にお問い合わせ下さい。
(tel:06-6346-3977)



Liesse < リエス >

P34 MAP 57

「Liesse 2012 Autumn Fair」



「Stylish Feminine & "It" Standard」をキーワードに、女性らしい華のある
アイテムや、今の気分を取り入れたスタンダードアイテムを揃えたフェア
を開催。¥31,500以上お買い上げの方に、先着でオリジナルノベル
ティをプレゼント。ぜひお立ち寄りください。9/7(金)~9/17(月・祝)
(tel:06-6348-4668)

Tiara < ティアラ >

P34 MAP 94

「Tiara 2012 Autumn Fair」

「A Lady? or A Sweet Devil?」をテーマ
に、秋の新作を揃えたフェアを開催。クラ
シックなツイードなど上品な淑女系アイテム
と、レオパード柄の小悪魔的アイテムの2つ
をキーに展開。先着で、お買い上げに応じて
オリジナルノベルティもご用意しています。こ
の機会にぜひ! 9/7(金)~9/17(月・祝)
(tel:06-4796-6535)



UNIVERVAL MUSE

P34 MAP 73

< ユニバーバルミューズ >

「オータムフェア」



リニューアル1周年記念として、お買いいただいた全ての方に、メン
バースカートのWポイントをプレゼントいたします。また、感謝の気持
ちを込めて、¥21,000以上お買い上げの方にオリジナルグローブプ
レゼント¥31,500以上お買い上げの方にはさらにファーターベット
(リボンシュシュ付き)が秋の新作もラインナップが充実しています。
ぜひご来店ください。9/1(土)~9/11(火)
(tel:06-6348-4666)

CAPRICIEUX LE'MAGE

P34 MAP 9

< カプリシユレマージュ >

「PAL FES. with MTV」

¥8,400以上お買い上げの方、
先着100名様に、タイツ・ソックス
セットをプレゼントいたします。
※8/25(土)~なくなり次第終了
(tel:06-6344-3855)



UNITED ARROWS green label relaxing

< ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング >

P34 MAP 76

「ビジネススーツ下取りキャンペーン開催中!」

ご不要のメンズ・ウィメンズビジネススーツ
上下1セットにつき、スーツ購入時10%オフ
のスペシャルチケット1枚と交換!ご利用され
なかったスペシャルチケットを持参いただくと、
1枚につき300円、東日本大震災被災地
復興支援のために当社が寄付します。
~9/2(日)まで (tel:06-6442-9755)



9/17(月・祝)
まで

※写真はイメージです

9/1(土)NEW OPEN!

YE LiBARE < イ・リベア >

P34 MAP 13

「もう一つの自分だけのクローゼット」

YE LiBARE

クローゼットをイメージした店内で、自分の部屋のような心地よさを感じながらお買い物を楽しんで。女子力アップにこだわった、あなただけの「もう一つのクローゼット」です。

※9/1(土)・2(日)はOPENフェアにつき、店内全品10%オフ!
(tel:06-6348-4667)

GALLARDA GALANTE

P34 MAP 82

< ガリヤルダガラランテ >

「カシミアライナー付コート
ロータスコラボ」

Rawtusとのコラボによるカシミア
ライナー付コート。レザーなの
に軽くて柔らか。裏地はなく、両
面銀面加工なので、裏側も滑ら
かな着心地が楽しめます。
カシミアライナー付コート ¥102,900
(tel:06-6348-4673)



La TOTALITE < ラ・トータルティテ >

P34 MAP 48

「新作トレンチコート」

オトナの女の必須アイテム、ト
レンチコート。スタンダードなシル
エットながら、ノーカラーでアニマ
ルシールライナー付きと、今シー
ズンのトレンドをしっかりと押さえた
最旬アイテムです。

トレンチコート ¥29,400
(ベージュ、ブラック、カーキ)
(tel:06-6348-4855)



8/26(日)NEW OPEN!

Angel Lagoon < エンジェルラグーン >

P34 MAP 86

「ON・OFFすべてを満足させたい
ワガママな女性のための新世代セレクトショップ」

オープン記念として¥5,250以上
お買い上げの方に、数量限定の
オリジナルノベルティや、当店の
ポイントをプレゼント!
※9/9(日)までの期間限定
(tel:06-6348-4625)



Angel Lagoon

8/30(木)RENEWAL!

Te chichi < テチチ >

P34 MAP 14

「リニューアルオープン!」

「かわいい大人のためのスタイル」を
キーワードに、ベーシックな中にクラ
シックテイストトレンド感をさりげなく
取り入れたアイテムを提案。新ブ
ランド「Lugnoncure(ルノンキュール)」も
ラインナップに加え、さらにライ
フスタイル雑貨も取扱いスタート
します。リニューアルオープンに記
念して、商品お買い上げの方にノ
ベルティをプレゼント(数量限定)。
また、リニューアル記念の限定レオ
パード柄ワンピース&ブラウスもご
用意しております。
(tel:06-6348-4660)



「リバティ マッチ柄ブラウス」

リバティのこの秋冬新柄が登場。
マッチをモチーフにした、遊び心
を感じるプリントを使ったブラウス
です。緩やかにシルエットで、背中
にはリボンイメージしたディテール
をプラス。

リバティ マッチ柄ブラウス ¥8,295



HOT NEWS!

秋の始まりに、紅茶で
心と体をリセットしませんか?



「Tea Time Store by Le-noble」

おうちでゆっくりと過ごす機会も増えるこの季節。夏の間にたまった
疲れやストレスは、紅茶で解消しましょう。体調やライフスタイルに
合った紅茶の選び方から、グラスやカップなど雑貨まで、くつろぎの
ティータイムをトータルコーディネートします。

ディアモールストリートマーケット P34 MAP 8 お問合せ:06-6348-8931(ディアモール大阪)

Shop list

● Casual Street ● Market Street ● Variety Street ● Fashionable Street ● Fiore

MAPNo.	Shop Name	Phone	Shop Name	Phone	Shop Name	Phone		
1	ジャイロ	06-6348-8943	35	ザ・ボディショップ	06-4796-8781	68	ロッセリア	06-6348-4696
2	3 保険市場	0120-816-318	36	カメラ&フォト A.S.D. yaotomi	06-6348-8945	69	ヴィドフランス	06-6348-4693
4	オンザカウチ	06-6348-4670	37	エイボンビューティセンター	06-6348-4671	70	ナリス ビューティスタジオ デ・アイム	06-6348-1189
5	ブライダルギャラリー BY COMPAL	06-6346-3977	38	ピュアネイル	06-6348-4698	71	ナリス エステティックサロン リリダーズ	06-6348-1188
6	ドコモショップ	06-4798-8841	39	ハウスオブローゼ	06-6348-4627	72	プーレ	06-6348-4623
7	ル・ノーブル	06-6345-0668	40	ファンケルハウス	06-6348-4629	73	ユニバーバルミューズ	06-6348-4666
8	ディアモール ストリートマーケット	06-6348-8931	41	プールサイド	06-6348-4677	74	スピック&スパン	06-6348-4845
9	カプリシユレマージュ	06-6344-3855	42	アテナ	06-6344-9149	75	ロベピクニック	06-6348-4626
10	ソアリーグ	06-6348-4600	43	ミルティ	06-6348-4624	76	ユナイテッドアローズ グリーンレーベルリライジング	06-6442-9755
11	ラウンジドレス ガリヤルダガランテ	06-6348-4691	44	off the wall	06-6348-4850	77	ザ・ファースト ウィメン	06-6348-4877
12	アンドア	06-6348-4605	45	クイーンズウェイ	06-6456-2227	77	ザ・ファースト ネイルズ	06-6345-6233
13	NEW イ・リベア [9/1(土)OPEN]	06-6348-4667	46	ドトールコーヒESHOP	06-6348-4676	78	スタイリッシュギャラリ プロフィール	06-6348-4601
14	RENEWAL テチチ	06-6348-4660	47	アクアガール	06-6348-4613	79	ダイアナ	06-6348-4669
15	シッパ	06-6343-6085	48	ラトータリテ	06-6348-4855	80	シンシアローリー	06-6348-4672
16	フレームワーク	06-6348-4646	49	Zoff	06-6348-4847	81	ル ジュール	06-6348-4639
17	JILL by JILLSTUART	06-6348-4852	50	ペントウノ	06-6348-4637	82	ガリヤルダガランテ	06-6348-4673
18	VIS	06-6348-4658	51	ヘルシーハウス コクミン	06-6348-4633	83	シャンブルドゥ シャムクレ	06-6348-4649
19	リフレッシュハンズ	06-6348-5185	52	ショップイン	06-6348-4634	84	パラスパレス	06-6348-4841
20	ほっぷしゅくうらむ	06-6348-4610	53	ドゥースル 5 サンク	06-6348-4652	85	ピュアボニー	06-6348-4678
21	りそな銀行・近畿大阪銀行クイックロービー		54	ユニック パーヴェルダンス	06-6348-4868	86	NEW エンジェルラウン	06-6348-4625
22	大阪市 サービスカウンター	06-6345-0874	55	ナチュラルビューティー ベーシック	06-6348-4612	87	カリテ スケープ	06-6348-4857
23	caféX5	06-6348-4611	56	ローヴス	06-6348-4685	88	プリー	06-6348-4683
24	Masumi	06-6343-0076	57	リエス	06-6348-4668	89	スープ	06-6348-4686
25	アモスタイル	06-6442-3630	58	キャトル・セゾン ブラン	06-6348-4628	90	ノーリーズ&グッドマン	06-4799-1510
26	サルート by WACOAL	06-6348-4615	59	ビュル デ サボン	06-6348-4640	91	マノ・ガーマント コンプレックス	06-6344-0825
27	ロクシタン	06-6348-4622	60	NEW アンジュビュート [9/14(金)OPEN]	06-6348-4661	92	クルーン ア ソング	06-6455-8928
28	美スギ・コスメガーデン	06-6348-4617	61	ミニマム	06-6348-4864	93	マルティニーク ルコト	06-6456-2248
29	美スギ・マックスファクター	06-6348-4638	62	ディアモール チャンスセンター	06-6348-4654	94	ティアラ	06-4796-6535
30	ディアモールC・C北店	06-6348-4620	63	アルカリ	06-4796-6300	95	キャトル kiki	06-6345-2446
31	ひより	06-6348-4846	64	サンマルクカフェ	06-6348-4688	96	kiki	06-6344-3040
32	デッキ	06-6348-4642	65	アイ・エンド・コンタクト (ワタナベ眼科)	06-6348-4648	97	ALBION Produce by COHRO e-PRO	06-6344-8598
33	レモンツリー	06-6348-4616	66	ファミリーマート	06-6348-4843	98	ホワイトエッセンス デンタルクリニック梅田	06-6344-4618
34	ワールドカレンシESHOP	06-6456-4325	67	そじ坊	06-6348-4687	99	エルセーヌ	06-4799-3171
						★	ディアーズスクエア (大阪市地下鉄御堂筋線株式会社)	06-6341-6507

Map

Diamor Osaka Street guide



飲食店 電話 エレベーター 多目的トイレ トイレ ディーズ赤ちゃんルーム (授乳室) ダイヤモンド地下街交番
 コインロッカー 地下2階 公共駐車場 AED設置場所 ストリートガイドスタンド DiaLA. 設置中! STACIAクーポン券機

DiaLA. 次号のテーマ
 Next Issue Vol.5 「魅せる!」
 秋を楽しむための、魅力的な話題がいっぱい!次号もご期待ください!
 9月21日(金)発行

ディアモール大阪は、ドコモの超高速通信Xi(クロッシィ)サービスエリア内です。