

Umeda発!! ミガク、カガヤク、オトナのアンテナ、「私」発掘マガジン。 TAKE FREE

# DiaLA.

Vol. 79  
<https://www.diamor.jp>

毎日にひらめきを  
あたえてくれる  
秋のアイデア



最旬ワーキングスタイルのアイデア  
秋の特別な日の  
おめかしアイデア  
「ローフード」ってなに?  
オトナが学べる場所「天王寺動物園」

DialA.Vol.79 1.OCT

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



10/4(水)  
~18(日)  
ティアモールロビー  
Tiramissimo

至高の滑らかティラミス

全国200ヶ所以上のティラミスを食べ歩いた経験を持つオーナーが自信をもっておすすめするティラミス。瓶詰にすることで、通常のティラミスでは表現できない「なめらかさ」を実現させた逸品をご堪能あれ。



10/6(木)  
~20(木)  
はちみつと  
さつまいも工房  
蜂蜜×サツマイモの新食感スイーツ

5種類のはちみつボテトは、トッピングによっていろいろな味が楽しめ、さらに半解凍で食べるとおいしさが増す。ほかにも、なめらか食感のスイーツボテトやスイートボテトプリンなどもスタンバイ。



\*最終日20時クローズ。



10/21(金)  
~31(月)  
ティアモールロビー  
東北銘菓 日進堂 日進堂ずんだ餅

老舗和菓子店が作る「ずんだ餅」

岩手県岩泉町で1世紀も営む和菓子店「日進堂」の「ずんだ餅」。柔らかい生餅にすりつぶした枝豆餡を絡めた逸品は、くせになる。ずんだ大福や団子など創作和菓子もあるので、気になる方はチェックして!



10/21(金)  
~11/2(水)  
刺身寿司 漁兵衛 すぐきや源兵衛

秋の味覚『京都 聖護院かぶら鮓寿司』!

鮓の一番おいしい季節が到来。京都の聖護院かぶらを使った鮓寿司をメインに、大人気の焼鮓寿司と旬の京漬物がズラリ。一日限定5本のみ販売!「鮓寿司 極」にも注目!  
※初日13時オープン、最終日20時クローズ。



## NEW SHOP

9/28(水)  
ピエール・エルメ  
Made in ピエール・エルメ



日本の素晴らしいものを世界へ発信!

21世紀のパティスリー界を先導する第一人者ピエール・エルメが日本各地で選りすぐったアイテムを世界へ発信するコンセプトショップ。焼き菓子ギフトや焙煎したてのコーヒーをお楽しみいただけます。

## POP UP SHOP

9/28(水)  
PLAY LINE FRIENDS



PLAY LINE FRIENDS POP UP

LINE FRIENDSの  
ポップアップストア!

「LINE FRIENDS」や「BT21」のポップアップショップが期間限定でオープン。雑貨をはじめ、いろんなグッズが勢ぞろい。店頭ではかわいいプラウンがお出迎えしてくれるかも!?

10/5(水)  
~11/29(火)  
Emma Francois  
エマフランシス



素肌のような履き心地をお届け

「パリ・花・バレエ」をミックスした、女性が憧れるシューズブランド。キュートな見た目はもちろん、クッション性の高いインソールを採用しており、柔らかい履き心地と抜群の歩きやすさも魅力的。

※POP UP SHOPは予告なく、変更・中止になる場合がございます。予めご了承ください。



## DiaMOR 大阪 DiaMOR フィオレ

営業時間10:00~21:00(飲食10:00~22:00)  
一部、営業時間が変更している店舗がございます。詳しくはHPをご確認ください。  
<https://www.diamor.jp>

本冊子に関するお問い合わせは06-6348-8931まで。  
DiaLA.はDiaMOR大阪館内他、関西各所に設置しています。

詳しい情報はこちらから  
<https://www.diamor.jp/diala/>



• Working day •

オフィスでも  
ファッショント  
モチベーションUP!

オンラインもオフラインも、目を引くのは上半身。  
品良く華をプラスすれば、自分も相手も気分が  
アップ。

シックな着こなしに肩の  
バールがアクセント。お仕  
事後の予定にもぴったり。  
バール付きワンピース  
¥16,280、インナータートル  
ネック ¥8,910[ジネス]  
イヤリング ¥13,200、タイ  
ムピース ¥24,200[ジュエッ  
ティ]、メガネ[Z0221011A\_11A1]  
¥11,100[ゾフ]



Autumn

ideas

毎日にひらめきをあたえてくれる

# 秋のアイデア

日々刻々と深みを増していく秋は、ファッ  
ションが一番楽しい季節。フレッシュな新  
作が登場中の今こそ、美容や雑貨もひっく  
るめて、一緒に楽しまないともったいない!

Holiday

ちょっと特別な日は  
オシャレな  
着こなしをしたい！

お出かけが楽しい秋。深みのある背景や街に映  
えるビビッドなカラーを取り入れれば、写真映え  
もばっちり。

ビビッドカラーのジャケットで特別  
な1日の主人公に！ ワンピースの  
賑やかな柄もポイント。

デニムクロップドストレートジャケット  
¥17,900、ニュースペーサーショート  
スリムワンピース ¥15,900、  
クロップドストレートジーンズ  
¥15,900、  
星形幾何学模様ミニクロスボディ  
バッグ ¥10,900[デシグアル]  
※シューズ、くつ下はスタイリスト私物



詳しくは  
P.12へ





## 最旬ワーキング スタイルのアイデア

お仕事スタイルは、知的で清潔感な印象の中にも女性らしさをプラスするのが基本。ストレスフリーなアイテムを盛り込んで快適に過ごす工夫も忘れずに!

# 03

デイア  
モールで  
揃う

• Working day •

## フォーマルでも使える 小物のアイデア

01.shoes



02.shoes



03.Tote bag



04.Clutch bag



01.発色の良いイタリアスエードを採用。足当たり柔らかで屈曲性も抜群。  
山羊革スエードパンツ  
¥22,000[リーガル]、ボタン付きストレートパンツ  
¥3,080[クリア]  
※詳細はP.07へ

03.縦長フォルムのモードナルックスが新鮮。ノートパソコンも収納できます。  
トートバッグ ¥15,400  
[ダイアナ]

02.ラウンドトゥがアクセントになったパンプス。ホワイトで品のある足元に。  
メタリックアクセントメリージェーンパンプス ¥7,200[チャールズ&キース]、モンエトワールのフェミニンブリーツワンピース ¥7,139[ロベピニック]  
※詳細はP.10へ

04.上品な見た目が◎。内側にはコードなどを収納できるフリーポケットも!  
タブレットケースM  
¥6,598[ビジネスレザーファクトリー]

収納力抜群のバッグとフィット感のあるパンプスでスマート&快適に。  
ポイントeddトウパンプス ¥19,800[リーガル]、タブレットケースS ¥6,048[ビジネスレザーファクトリー]、3WAYジレワンピース ¥15,950[アーバンリサーチロッソ]、インナータートルネック ¥8,910[ジネス]

1.今季らしい着こなしを叶えるクラシックなチェック柄。華奢見え効果も。  
チェック柄前後2WAYブラウス ¥17,600[ジネス]

2.ベーシックな黒でも立体感のあるキルティングが着こなしのアクセントに。  
ダイヤキルティングフレアスカート ¥16,500[トゥループアジェンダ]

3.すっきりとしたラウンドトゥでつま先の窮屈感なく履ける一足。  
タッセルローファー  
¥16,500[ダイアナ]

4.PCやスマホの周辺機器をまとめて持ち運べる。ポケットはメッシュ仕様。  
ガジェットポーチ  
¥6,598[ビジネスレザーファクトリー]

5.軽いかけ心地で、作業中も気にならないのが魅力。  
メガネ  
(ZN221016\_12A1)  
¥8,800[ソフ]



持っていて間違いない!  
働く女性のマストアイテム



MUST ITEM FOR WORKING DAY



## 肌寒さ対策のためのアウター

# OUTER

見た目も着心地も暖か。一枚羽織るだけで秋のおしゃれが完成する軽めアウターをチェック！

01



02



03



04



01

とろけるようななめらかさのニットが気持ちいい。バールがアクセント。

クルーネックバールデザイン  
シャギーカーディガン  
¥8,800、ロゴロンT ¥6,600、  
ダイヤキルティングフレアス  
カート ¥16,500[トゥエルブ  
アジェンダ]※詳細はP08へ

03

合わせる服を選ばず、ニットに合わせてもごわつかず細見えが叶う一着。

レザーライダースジャケット  
¥5,005、スタンドカラー  
ノースリーブツイードワン  
ピース ¥4,312[クリア]

02

ひとつは持っておきたい発色の良いカーディガン。ふわもち感触がGOOD！

シャギニットカーディガン  
¥5,390、バンドカラーレイヤードシャツ ¥5,390、  
[メンクルージュ]

04

フェミニンに仕上がるノーカラー、ワンピースやスカートとの相性良し。

フェイクレザーノーカラーブルゾン ¥9,790、レース襟クレリックワンピース  
¥10,890[テチチ]

Holiday

## 特別な日のために持っておきたい スペシャルグッズ

いつものコーデ、小物を変えるだけで劇的に  
変わるんです。キーワードは、季節感と華やかさ。

01



02



03



05



04



07



06



08



01

ボリュームのあるデザインとパattenの艶がオフのコーデに映える一足。

ルラ パテントプラットフォームローファー  
¥10,900  
[チャールズ&キース]

02

キルティングデザインに高級感のあるラクーンファーで女性らしさを演出。

VO★ラクーンファー×レザーキルティング総簡形  
バッグ ¥28,600[ジネス]

03

知的な表情を演出。モードなクリアとヴィンテージ風のゴールドフレーム。

メガネ 上  
(AMCF22A039AA0)  
¥13,200、下  
(AUMF22S126AA11)  
¥8,800[ジンズ]

04

仕草に印象をプラス。クールで辛口なリングと斬新なデザインのビンキーリング。

右ジエンダレスリング  
¥11,000、左ビンキーリング  
¥8,800[ジュエッテ]

05

コーディネートのアクセントになるゼブラ柄。フラットで歩きやす抜群。Sカットギャザーバンブス ¥3,850[ラコレ]

06

繊細なグリッターガラムく華やかな一足。9cmヒールで美脚効果◎。グリッタービンヒールバンブス ¥7,920[ランダ]

07

美脚効果のあるすっきりとしたデザインと、フィット感抜群のニット素材。

ソフトストレッチニット  
ソックスブーツ ¥9,790  
[ランダ]

08

人気のシリーズにバケットバッグが登場。小さなサイズ感がかわいい！

ドウストリングバケット  
バッグ ¥9,900  
[チャールズ&キース]

# いろんな 私になるための



着用アイテムはP13へ→

## 1 MAKE IDEA STRONG MAKE

### 強めメイク

モードな装いやモノトーンコーデなら、鮮やかなカラーをチョイスして「映える」顔まわりを。チークは控えめにして、目元や口元でアピールして。



1.ボーラ B.A カラーズ アイパウダー ジェイドモス&アンバー ¥5,500  
[ボーラ ザ ビューティ] 2.マキアージュ ドラマティックアイカラー(マルチ)BR343 ¥1,980(上)・同チークカラー(パウダー)RD322 ¥1,980(下)※カスタマイズケース、チップ&ブラシは別売。カスタマイズケース¥770、チップ&ブラシ¥385[ヨロイーブロ] 3.カネボウ ライブリースキン ウエア「ファンデーション・美容液」オーケルC SPF5 / PA++ 30g ¥11,000[美スギコスメガーデン] 4.エフエムジー グランレディルージュ シャインアクリコット(上)・フェミニノローズ(下)各¥2,530\*12/1まで各¥990[エフエムジー ミッション ビューティセンター] 5.8.be ペンシルアイライナー シルバー(上)・同アンダーアイライナー ゴールドバール(下)各¥1,320[ジョップイン] 6.マキアージュ ドラマティックハイライター「ハイライト用フェイスカラー」グロウピンク SPF30 / PA+++ 8g ¥1,980[美スギコスメガーデン-S]

## メイクアイデア Workingday × Holiday

マークしておきたいのは、“映える”強めメイクと“なじむ”優しめメイク。この完成度は一層高まるんです！

## 2 MAKE IDEA SWEET MAKE

### 優しめメイク

同系色やトーンに合わせたアイテムを使った、肌に「なじむ」メイク。女性らしく柔らかな表情を演出します。ポイントは、血色を良くするイメージ。



1.ケサランバサラン ニュアンスカラーリップス「うす紅」RD01 ¥3,080  
[ケサランバサラン] 2.コスメデコルテ バウダー ブラッシュ(チークカラー)402 ¥5,500[美スギコスメガーデン] 3.マキアージュ ドラマティックリップティント(口紅・唇用美容液)BR313 ¥2,530[美スギコスメガーデン-S] 4.ボーラ ディエム クルール カラーブレンディングパウダー コンシーラー ¥5,280[ボーラ ザ ビューティ] 5.エレガанс カランドゥフェイス(フェイスカラー)PK103 ¥6,050(ケース・ブラシ込み)[アトリエアルビオン大阪梅田店]

\*マークが付いている商品はモデルに使用しています。



着用アイテムはP11へ→

# IDEA GOODS

*long autumn nights*

秋の夜長を  
快適に楽しくさせる

読書の秋、食欲の秋……。秋はおうちの中でもしたいこともいっぱい。  
映画や本、大好きなおやつを楽しむためには、お部屋も最高に準備しておきたいもの。



香りに癒されて

ベルガモットとシーダーウッドをブレンド。眠る前のベッドタイムを穏やかな気分にさせてくれます。全8種類展開。

オクロック エッセンシャルオイル(心のぬくもり) 10ml ¥1,100 [ケユカ]



いつでも癒しひと吹き

約200mlの水道水を入れて作ることができます。アロマスプレー。天然植物由来の力で除菌・消臭効果も。全3種類展開。

水を入れるだけアロマスプレー(ラベンダー) ¥1,089 [ケユカ]



ひと工夫でお店の味

爽やかなレモンの香りを存分に引き出したすっきり味。炭酸水などで割るだけの簡単レシピ!

キリリと辛口 檸檬サワーの素 375ml  
¥1,496 [久世福商店]



食卓にも秋を



やみつきおやつ♡

アーモンド、くるみ、カシューナッツ、ピスタチオ……とナッツが大集合。アテでもおやつにもぴったりな味付け。

9種類の味わい スペシャルミックスナッツ  
300g ¥1,490 [久世福商店]



空気を素敵に

シンプルなデザインでどこに置いてもOK。好きな香りを入れておやすみ前に点ければ、いい夢が見られそう。

超音波うるおいアロマディフューザー  
¥5,990、エッセンシャルオイル(くつろぎブレンド) 10ml ¥1,490・30ml ¥3,490 [ムジコム]



香りのインテリア

フタ付きなので、使わないときもインテリアとして飾っておしゃれになるキャンドル。香りは全部で4種類スタンバイ。

コロンキャンドル ¥1,100 [ラコレ]



優雅なティータイム

クラシックで上品な柄がティータイムを演出。ギリシャ神話に出てくる農穀のツノを表現した縁起の良い柄。

ウェッジウッド コーヌコピア ティーカップ&ソーサー ¥9,801 [ラ・ノーブル]



おうちでも洒脱に

真面目な印象になりがちなウェリントンを小ぶりサイズにし、角に丸みをつけることで今っぽく仕上げた一本。

メガネ (ZN221015\_49A1) ¥8,800 [ラコレ]



日常に花を

深い色合いが美しいダリアは、一輪挿しても複数を組み合わせても様になる。

ダリア 価格は品種によって変わります。かもしか道具店のピッチャーラ ¥3,960 [青山フラワーマーケット]



心ほころぶ甘いもの

目にも美しいチョコレートでおうち時間を豪華に。創作意欲溢れるナッツとチョコレートのマリアージュを楽しんで。

ホワイトチョコレートバー ソルティド ナッツ  
¥1,836、ダークチョコレート ヘーゼルナッツ  
バー ¥1,728 [ヴェンキ]



空間を装って

香りと見た目でお部屋をモダンに演出。全4種類で、香りによって異なるボディのカラーもインテリアのアクセントに。

コロンディフューザー ¥1,100 [ラコレ]

# MAP



この秋、  
ディアモールに  
新店が続々登場！

イートインも！  
9/28 WED

## 01 ピエール・エルメ

Made in ピエール・エルメ  
【洋菓子・グローサリー・カフェ】

21世紀のパティスリー界を先導するピエール・エルメが日本各地から選りすぐったアイテムを発信するコンセプトショップ。

和素材を使ったマカロンがスタンバイ。浮世絵が描かれた遊び心のあるパッケージが、手土産に最適。

マカロン 6個詰合せ  
¥2,862



## 02 EAST table

イーストテーブル  
【食器】

「美濃焼」を中心に、様々な食器やキッチン雑貨を揃える。キーワードは「お手頃価格×オシャレトレンド食器」！

洗練されたデザインと発色のいいカラーリングが、料理をより美味しく見せてくれる。テーブルに並べるだけで食卓が華やぐ。

プレートL 23cm  
MINO\_works  
各¥2,400



## 03 EAST table

イーストテーブル  
【食器】

「美濃焼」を中心に、様々な食器やキッチン雑貨を揃える。キーワードは「お手頃価格×オシャレトレンド食器」！

洗練されたデザインと発色のいいカラーリングが、料理をより美味しく見せてくれる。テーブルに並べるだけで食卓が華やぐ。

プレートL 23cm  
MINO\_works  
各¥2,400

## 03 サーティワン アイスクリーム To Go ディアモール大阪店

【アイスクリーム(持ち帰り専門店)】

4~12個のバラエティボックスを中心に、シングルカップやボーションカップを販売するテイクアウト専門店。

キュートなボックスデザインが魅力のこちら。7個分の価格で8フレーバーが楽しめるお得なボックスを持ち帰ろう！

バラエティボックス8コ入 ¥2,800



9/3 SAT



厳選した16種を  
ラインナップ

大阪

# 「ローフード」SHOP



GreenEarth



魅力的なビーガンランチ  
毎日通いたくなる

日替わりランチ ¥1,000



ここで提供されるすべての料理が、魚、肉、卵、乳製品、化学調味料を一切使用しないビーガン料理という GreenEarth。使用的する野菜も当然のように国産にこだわる。手作りの自家製ドレッシングやソースを使った日替わりランチは、毎日通っても飽きることなく楽しめる。

**DATA**  
大阪市中央区北久宝寺町4-2-2  
久宝寺1F  
tel 06-6251-1245  
11:30~16:00(L015:00)  
金曜11:30~15:00(L014:30)  
18:00~22:00(L021:00)  
日・祝休(ハーフイーは可)  
IG:@green\_earth.vegan



OPTIMUS cafe

オプティマスブッダボウル  
¥1,200

野菜も栄養価もたっぷりな  
フォトジェニック丼!



彩り豊かな野菜や穀物がたっぷり盛られた菜食丼「ブッダボウル」。すべて新鮮な国産野菜を使用している。さらに玄米には整腸作用を持つキヌアを混ぜ込み、アボカドもトッピングしたボリューミーな一杯に。大豆ミートのコロッケの軽い食感がアクセントに。

**DATA**  
大阪市中央区北浜2-1-14 1F  
tel 06-4256-1664  
(フレックアスト)8:30~11:00  
(シンド)11:00~16:00(L0)  
土日祝11:00~18:00(L017:00)  
(カツ)16:00~18:00  
(ディナー)18:00~22:00(L021:00)  
※日・月ディナー営業なし  
無休  
IG: optimus\_cafe

21 DiaLA. ※本誌内に掲載されている価格は、すべて税込となります。※本誌発行以降、営業状況が変更となる可能性があります。



B.up Cleansing Juicery



Raw Juice  
「MIRA」  
¥1,460

豊富な種類の野菜と果物を  
気軽に楽しめる一杯



熱に弱い栄養素を手軽に摂取できるロージュース。栄養価の高いビーツをメインに作る「MIRA」は、種類豊富な野菜を使用しつつも、後味にほのかなフルーツの甘さを感じられる一杯。さらに作る時に繊維質を可能な限り取り除いているので、口当たりまろやかで飲みやすい!

**DATA**  
大阪市北区堂島浜1-1-15  
堂島第2ビル 1F  
tel 06-6136-6446  
11:30~深夜まで、土曜16:00~22:00  
※食材なくなり次第閉店  
日・祝休  
IG:@b.up\_cj



しぜんバル パプリカ食堂Vegan



美しいときにこそ  
美味しい美術をどうぞ

大豆ミートのから揚げ定食  
¥1,386(ディナーは¥1,980)

「たべてのんでキレイになる」をテーマにしたビーガン料理を提供するこちら。旬野菜のサラダには、店主が一から作るドレッシングがかかる。から揚げに使う大豆ミートは、えんどう豆を混ぜ、大豆の臭みを軽減。しっかりと食へ応えビーガンデビューにもおすすめ。



**DATA**  
大阪市西区新町1-9-9  
アリビナ新町 1F  
tel 06-6599-9788  
11:30~15:00(L014:00)  
17:30~22:00(L021:00)  
無休  
IG:@paprika\_vegan

# 「ローフード」ってなあに?

日本でもよく耳にするようになった「ローフード」。ローフード研究家の安藤千英先生のアドバイスをもとに、カラダの中からなりたい自分を目指しませんか?



「ローフード」とは

野菜や果物などを加熱せずに摂る食事法のこと、48°C以下で低温調理したものもローフードに該当します。植物の酵素や栄養素が効率的に摂れ、健康や美容、免疫力アップなどの効果が期待できます。サラダやスムージーといった簡単メニューが多いので、まずは「1日1食のローフード」からはじめませんか?

教えてくれる人

Profile

安藤千英



ローフード・ロースイーツの研究家である傍ら、自ら料理教室やイベントなども主宰する。自身のモットーは、「美味しい!」は世界共通のハッピー。

どんなことをすればいいの?

3. 食物繊維と酵素が豊富な生野菜で免疫力アップ!

まずは生野菜をたっぷり摂りましょう。生野菜は食物繊維や酵素を豊富に含み、免疫力を上げる効果が期待できると言われています。肉や魚を加熱したメインのおかずを食べる前に、ひと皿の生野菜を摂るだけで吸収率も高まりやすいので、ぜひ実践してみてください。

2. 水分をたっぷり摂って体内を浄化!

ローフードを集中して実践する場合は、たっぷりの水分を摂りましょう。飲み物と食べ物で水分を補うことで、老廃物をより排出しやすくする効果が期待できます。ドリンクはカフェインレスのお水、またはハーブティーなどが理想的。1日2リットルの水分が目安です。

1. 忙しい朝は手軽なスムージーがオススメ!

慌ただしい朝にローフードを取り入れるなら、スムージーがオススメ。お好みのフルーツとグリーン野菜をミキサーにかけるだけでOKです。フルーツの糖はエネルギーになり、グリーン野菜のクロロフィルは美肌免疫アップ効果、食物繊維は美腸効果が期待できますよ。

生野菜を美味しく食べよう!

ピンク玉ねぎの Rawドレッシング

【材料】

紫玉ねぎ………1/2個  
オリーブオイル…大さじ1  
塩麹………小さじ1  
レモン汁…小さじ1

すべての材料がなめらかになるまでミキサーでかくはん。ひと晩寝かせると、玉ねぎの辛みが和らぎ食べやすくなりますよ。





# SHOP STAFF interview

デイアモールで働くショップスタッフにインタビュー。仕事で心がけていることやこれからの目標など色々聞きました。



Q1 お店の特徴を教えてください。

A. [アモスタイル by トリンプ]はデイリーユースできるインナーを取り扱うランジェリーショップです。シンプルなデザインもありますが“かわいい”を追求したアイテムが多く、スタイリッシュでもかわいいランジェリーが揃います。

Q2 お仕事のやりがいはなんですか？

A. お客様にリピートしてもらうことはとても嬉しいですね。インナーは服の中でもデリケートなアイテムだと思っています。デザイン性はもちろん着け心地が大切で、少しの違和感が不快感に変わってしまうんですね。だからこそリピートしてもらえたなら、少しでも快適だと思ってもらえたと感じます。

Q3 お仕事をする上で心がけていることはなんですか？

A. やはりお客様の下着選びは慎重にしています。日常的に着用しなければなりませんし、サイズが合わないとその日の気分が落ち込んでしまうこともあります。なので楽につけられてスタイルをよく見せられる一着を見つかるまで徹底的にヒアリングをします。



AMO'S STYLE  
by Triumph®  
アモスタイル by トリンプ  
店長 渡橋 奈央さん

最近買ったもの紹介!  
オッジィオット  
インプレッシングPPTセラム MS(シャンプー)  
インプレッシングPPTセラムマスク(ヘアトリートメント)



市井で活躍するあの人も、実は意外な経歴があったりするもの。だからこそどんな経歴を経てきたのか、覗いてみよう!



吉本新喜劇  
オペラコメディエンヌ  
**大塚 淑さん**

## Hobby 趣味

お笑いの勉強のため、バラエティ番組を見るのはもちろん、noteにエッセイを書いてたり、Twitterでラジオ配信をしたりと、発信することが趣味に。

## Skill 技能

- ・吉本新喜劇
- ・オペラ
- ・トランベット
- ・YouTubeアニメ制作
- ・ピンネタ



## MY CAREER

2015年

関東圏の音楽大学 声楽学科に入学

2017年

関東圏の音楽大学 声楽学科を中退

2017年

吉本新喜劇 入団



吉本新喜劇 ワールドツアーに参加

2019年

YouTubeチャンネル【大塚淑の「疲れている時に見るアニメ」】開設

コロナ禍で公演が無くなって、思いついたのがYouTubeでした。アニメを選んだのは「自分でもできそう」と思ったからなんです(笑)。まずは絵が苦手だったので、お絵描き教室に半年通いました。それからアプリで動画を作って、アフレコして、って感じ。意外と反響はいい感じですね。

2022年

Twitterスペースでラジオ「大塚淑の乳福神ラジオ」を始める

始めたきっかけはテレビなどに出た時のトーク力を鍛えるため。私の今の芸風がビジュアル重視なので、どうしてもトークスキルがほしくなったんです。毎週日曜日の22時にやっていて、回数を重ねるごとに上達しているのを実感しています。

## 今後の展望

やりたいことがありすぎて困っています(笑)。今やっているYouTubeやラジオをバズらせたいし、noteに書いているエッセイを一冊の本にして出版してみたいですね。あとは『THE W』や『R-1』などの大きな大会で結果を残して、音大時代の学長や講師に、ドヤ顔でピースしたいです(笑)。

# わざわざ遠出しなくとも! 都心で楽しむBBQの店

お肉にお魚、野菜など、美味しい食材をBBQでいただくことでより美味なものに。郊外の自然で楽しむのもいいけど、今回は手軽に楽しめる街中BBQを推薦します!

**Profile** インフルエンサー / **こりんさん**  
IG:@korin\_gourmet

**ピットマスターVAMOS**

グレートバーベキュー ¥2,200

BBQ職人ともいえる「ピットマスター」が作る豪快な肉料理が人気のこちら。おすすめは、約240gのハラミが味わえるグレートバーベキュー。好みに合わせて、オリジナルソースや粒マスタード、ニンニク醤油で楽しんで。

## comment

大阪で都会のBBQといえば外せない  
[バモス]さん。素材の下処理から調理まで、全てを把握するピットマスターが作るBBQ料理は、どれも外れがありません!



いつでも気軽にいける  
キャンプ風BBQを楽しもう

こちらのお店はリフォーム会社プロデュースだから内装がすごい!  
本物の木材を使ったり、キャンプ道具を並べたり、都心にいながら  
アウトドア遊びができる貴重なお店です!

# 新グルメ部

夜風が冷たくなり、すっかり秋めきはじめ  
美食の秋を堪能すべく、グル



職人技が光る  
BBQ串に舌鼓。



お肉たっぷりグツグツ月見カレー  
Sサイズ ¥799  
たっぷりの野菜と牛肉をじっくり  
煮込んだカレーは、素材のコクと  
旨みが抜群。スパイシーながらも  
甘口な仕上がり!

**DATA**  
大阪市福島区島崎8-1-1  
tel 06-7410-7583  
営業時間 17:00~0:00  
(L.O.23:30)  
不定休  
IG:@pit\_master\_vamos

ニッカブロックパーク  
**NIKKA BLOCK PARK**

レギュラーBBQプラン 1人前  
¥2,200

人工芝の床や設置されたテントなど、まるでキャンプに来ているかのような気分が楽しめる人気店。初めてならば、牛・豚・鶏の全てが味わえるこちらがおすすめ。自分で焼いて食べるだけで、アウトドア気分に。

## comment

こちらのお店はリフォーム会社プロデュースだから内装がすごい!  
本物の木材を使ったり、キャンプ道具を並べたり、都心にいながら  
アウトドア遊びができる貴重なお店です!

# New Gourmet Club が行く!!

たこの頃。外出がしやすくなったのなら、  
メな旅に旅立つのはいかが?



甘みの強い栗豚の脂を

シーザー サラダでさっぱりと



栗豚のシーザーサラダと  
海老マヨチキン ¥1,180  
※10月31日(月)までの限定販売。

**musi-vege+cafe**

[ ムシベジプラスカフェ ]

栗豚のシーザーサラダと  
ヤンニョムチキン ¥1,280

※10月31日(月)までの限定販売。

栗を飼料に混ぜて育てた豚は、柔らかい肉質とジューシーさが自慢。シーザーサラダにすることで肉汁の甘みはしっかりと感じつつもさっぱりとした味わいに。合わせるヤンニョムチキンは辛さを抑えて、ご飯が進む濃い目の味付け!

**LOTTERIA** [ ロッテリア ]

半熟タマトチキンバーガー

イートイン ¥470 / テイクアウト ¥461

※10月12日(水)までの限定販売。

秋限定のバーガーが今年も登場。ロッテリアオリジナルの衣を纏ったチキンパティに、半熟卵をオン。味付けはたまり醤油を使ったてりやきソースとマヨ、マスタードで旨みの強い仕上がり。この時期だけの特別な味をご堪能あれ!



ぶるぶる巨峰ゼリーシェーキ  
イートイン ¥330 / テイクアウト ¥324  
※12月上旬まで限定販売。  
ぶどうの王様ともいわれる巨峰を贅沢に使ったシェーキ。芳醇な香りと濃厚な甘さを楽しんで。



サクサク衣のチキンを  
とろり卵と濃厚たまり醤油!

# ハルカの 12星座占い

ハルカ

タロット・手相・九星気学を駆使した鋭い読みから、的確に相談者を導く。「優しい笑顔から流れるように語られる一つひとつの言葉が心を打つ」と人気。情報番組や雑誌メディアへの掲載実績も多数。

おひつじ座 3.21-4.19

**全体運**★沈黙ムードにサヨウナラ♪ プライベートやキャリア面で活躍できそうです。成功のカギは人間関係。特に10月10日頃は協力者が現れるかも。11月8日頃は金運も高まりいいムードに。過去の悩みが戻る場面があったとしても「前進」あるのみ。♥未来のパートナーに出会いそう。



LUCKY COLOR: レッド  
LUCKY NUMBER: 5  
LUCKY ITEM: コーヒーミル

うし座 4.20-5.20

**全体運**★活躍期です!「時期尚早かな」とワニのように「マテ、の姿勢だったあなたですが、もう行動をセーブする必要ななさぞ。ヨシ!」とコマンドをかけてみて。あなたの活動を促すように、健康と労働のハウス、で星達がキラキラ!元気に課題を楽しんで。♥25日頃、出会いの予感。



LUCKY COLOR: ベージュ  
LUCKY NUMBER: 3  
LUCKY ITEM: アンティークランプ

ふたご座 5.21-6.21

**全体運**★愛と創造、がテーマ。「え、それで自分を表現できるクリエイティブな才能が開花する、という感じでしょうか。発信力やファッショなど様々な表現力が高まりそれが生活や仕事、そして恋愛にも好影響を及ぼす…とても素敵なことですね。♥特に恋愛運は期待して!



LUCKY COLOR: グレイユーパープル  
LUCKY NUMBER: 8  
LUCKY ITEM: ガラスフラワーベース

かに座 6.22-7.22

**全体運**★先月の占いを読んでも頂き、運気UPのために大掃除タスクをクリア、家の中(器)が美しくなったよ。いい人に今期のオススメ器の次は中身(生活スタイル)を素敵にすると運気UP×2倍の効果があるかも!キャリア面では10月10日頃に期待!♥下旬から11月前半が快調です!



LUCKY COLOR: ホワイト  
LUCKY NUMBER: 2  
LUCKY ITEM: ビッグピアス

しし座 7.23-8.22

**全体運**★交友関係の再開や短距離移動の小旅行などが楽しめそ。キャリア形成のためにスキルUPを目指している人や、学業面で目的がある人は知識獲得ができるお宝シーズンとなります。ポジティブな言葉のやり取りが増えて感情も安定。10月末からは金運も上昇。♥チャンスは少し先。



LUCKY COLOR: ゴールド  
LUCKY NUMBER: 6  
LUCKY ITEM: アウトドアブーツ

おとめ座 8.23-9.22

**全体運**★上旬、柔らかに時が流れ経済面上は上向き。一方お金の使い方を見直す時期でもあり「支出を減らす?」「いいえ、逆に自分への投資が必要、無駄ではなく大きな財産に。月末から年末にかけては、何かに挑む、タイミング。♥一年を通して恋愛運に恵まれますが10月末もチャンスあり。



LUCKY COLOR: グレー  
LUCKY NUMBER: 1  
LUCKY ITEM: キルティングバッグ

10/1 (SAT) ~ 11/10 (THU)まで

占いの館 ジュピター

大阪市中央区難波1-6-17 tel 06-6211-3963 営業時間 12:00~22:00(年中無休)  
ハルカ先生の出勤日はホームページでご確認ください。 https://jupiter.osaka.nu/

てんびん座 9.23-10.23

**全体運**★一番関心のあること?即座に「自分!」と言っても周りは納得。能力が認められているあなたなので自由に行動しても失敗はナシ、クレームもナシ。「自由?わたし暇なの?」「いえ、ケッコウ忙しそうですよ。素敵な転機が来るのは11月8日頃。♥今のあなたは魅力的!愛は近くに。



LUCKY COLOR: ロイヤルブルー  
LUCKY NUMBER: 7  
LUCKY ITEM: 多色アイパレット

さそり座 10.24-11.22

**全体運**★中旬頃までモヤモヤ感が続きますが、25日「あなたのハウスさそり座、で起る日食頃からの目的が決まり運気が好転しそう。その後は「ヘンシン〜!」と叫びながら大変身を遂げるチャンス!転職や独立を目指す人はがんばって。吉報は知人からもたらされそう。♥恋愛運も好調!



LUCKY COLOR: ダークオレンジ  
LUCKY NUMBER: 2  
LUCKY ITEM: スイートポテト

いて座 11.23-12.21

**全体運**★いてさんはジコチューランキングがあればきっと上位、自己主張が強いと思われがち。でもそれは大間違い、友人のために本氣で立ち向かう人だからいつつい口調が強くなる…その、熱い友情の裏返し!この時期もみんなのために戦ってくれるのですね。ありがとうございます!友情から出た恋。



LUCKY COLOR: ブラック  
LUCKY NUMBER: 4  
LUCKY ITEM: バギーパンツ

やぎ座 12.22-1.19

**全体運**★社会とキャリア、のハウスから星達のエールが届きそう。ステップアップの時が来たのかも。何かのフィナーレを迎えたあとは新しい目標を立ててみて。まだ見ぬ世界への旅を楽しみに。今は「よいしょ!」と背の荷を下ろし友人と交流を深める時。♥11月初旬の出会いに期待!



LUCKY COLOR: ブラウン  
LUCKY NUMBER: 5  
LUCKY ITEM: グレンチェックJK

みずがめ座 1.20-2.18

**全体運**★ハイテンション!中旬頃まで楽ししっぱり働けそう。「少し疲れた」と思ったら友人と遠出をしてリフレッシュ、美術鑑賞もオススメ。休息を取りながら下旬まで走り続けて。その結果は11月下旬、遅くとも12月中旬には出そうです。♥10月上旬頃は、情熱的に愛し愛されるかも。



LUCKY COLOR: グリーン  
LUCKY NUMBER: 9  
LUCKY ITEM: コスモスの鉢植え

うお座 2.19-3.20

**全体運**★経済面では、引き続き星のバッカアップがありそうです。10月25日頃「旅のハウス」で起る日食はあなたのチャレンジ精神に火をつけるかも。後から振り返るとこの時期のアイデア&行動力が成功への大きな節目になっていた、と思える大切な期間。♥セクシーな人と縁ができそう。



LUCKY COLOR: スモーキーピンク  
LUCKY NUMBER: 6  
LUCKY ITEM: レース調靴下

# PICKS Culture

vol.19

October 2022 | BOOK,CINEMA,ART-STAGE

10月におすすめの本や映画、展覧会、ステージをご紹介。

## CINEMA

シネ・リープル梅田  
TOHOシネマズ 梅田

▷ 秋のおすすめCINEMA



『キュリー夫人  
天才科学者の愛と情熱』  
10/14(金)公開

シネ・リープル梅田/  
梅田シネマズタワーハイスト 3・4F

19世紀のパリ、そこには所属する大学から性差別を受け、ろくな活動をさせてもらえない研究者マリー・スクワードフスマガいた。そんな中、同僚のビエール・キュリーと出会い結婚する。後にノーベル賞を受賞する天才科学者の激動の半生を映像化。彼女の苦悩とはなんだったのか。

『アイ・アム まきもと』  
9/30(金)公開

TOHOシネマズ 梅田/  
阪急メンズ梅田 8F ほか

数々のヒット作を生んだ阿部サダヲと水田監督のコンビ。今回は、小さな市役所のおみおくり係が巻き起こすヒューマンストーリーを描く。くみおくり係の仕事は、人知れず亡くなったり人を埋葬すること。しかし故人を思うあまり、自分ルールを優先してしまい…。笑って泣けるストーリーをお楽しみに。

## BOOK

▷暮らしのアイデアがもらえる本



□ ジュンク堂書店  
大阪本店  
堂島アバンザ 2~3F  
tel 06-4799-1090



『相手もよろこぶ 私もうれしい  
オトナ女子の気くばり帳』  
気くばり調査委員会 編

『眠れぬ夜はケーキを焼いて』  
午後 著

『残暑の日に野菜を食べる話』  
『真夜中にスコーンを焼く話』など、孤独な夜に寄り添うレシピを紹介するエッセイ漫画。料理をはじめ、ねこと戯れたり、夜空を眺めたり…。少しくらいおだやかな時間があってもいいんじゃない?と思わせてくれる1冊です。』

¥1,265/KADOKAWA  
¥1,210/サンクチュアリ出版

## STAGE

▷ 秋のおすすめ舞台



劇団四季  
ミュージカル『オペラ座の怪人』  
ロングラン公演(2023年頃まで予定)

## ART

▷ 10月・11月のおすすめ展覧会



『ルートヴィヒ美術館展20世紀美術の軌跡  
-市民が創った珠玉のコレクション』  
10/14(金)~2023/1/22(日)

月曜休館(12/26㈪~2023/1/9㈪・祝)は開館、  
12/29(木)~2023/1/3(火)は閉館)

フランス作家ガストン・ルルの小説を基にした不屈の名作。濃密で情熱的なラブストーリーは世界中を魅了している。さらに時代を象徴する煌びやかなドレスなどの衣装や、重要な役割を持つシャンデリアなどの舞台セットといった、ディテールへのこだわりにも注目! @大阪四季劇場 ハービスエント PLAZA ENT 7F



『新選組展2022 -史料から辿る足跡-』  
10/1(土)~11/27(日)  
月曜休館(10/10・祝)は開館、10/11(火)休館)

数多くの作品で愛される新選組。会津藩に所属して京都市内の治安維持を行った政治集団として活躍していました。展覧会では、副長である土方歳三の愛刀や隊士直筆の書簡などを展示し、近年までに明らかになった新知見を元に、史実としての新選組の実態に迫る。@京都国立近代美術館

# DIAMOR SHOP INFORMATION

秋本番である10月は、新しい季節を存分に楽しめるアイテムが盛りだくさん。新商品や期間限定品など、気になるグッズをチェックして!

## 01 Runwalk asics

[アシックスランウォーク]

その他！

これからの季節に持つておきたい一足

足元を上品に飾ってくれるレースアップシューズ。ファッション性に優れています。軽量なため歩きやすいのが特長。デザインもレンドのボリュームのあるシルエットで、この秋活躍すること間違いなし!



レースアップブーツ ¥35,200(24.0~28.0cm)

## 03 FMG MISSION

BEAUTY CENTER OSAKA UMEDA

[エフエムジーミッション ビューティ センター]

新商品！

保湿も発色も抜群!  
落ちにくい艶ルージュ

「艶×保湿×発色×色持ち」を叶える新感覚ルージュが登場。くちびるの上でとろけてゲル化することで、潤いのあるふくら感をキープ。さらに色移りしにくい処方に、付けてたの発色を継続させているのもポイント。



エフエムジー グランレディ ルージュ(全8色) ¥990  
※11/30(水)までの特別価格。通常¥2,530

## 05 SHIPS

[シップス]

キャンペーン!

乳がんに対する意識改革を

10/1(土)からピンクリボン運動のチャリティグッズを販売開始。ODUBのスウェット¥14,960やADDCOLUMNの別注ショルダーバッグ¥10,450などが登場。売上の10%は、認定NPO法人乳房健康研究会へ寄付される。



## 06 J!NS

[ジンズ]

新商品！

定番シリーズ「JINS CLASSIC」がリニューアル

細部まで妥協のないデザインと上質な素材を使った「JINS CLASSIC」シリーズがリニューアル。日本人の顔立ちに合わせたメガネをデザインするジンズだからこそできる、誰もが自分に合った1本に出会えるラインナップに!



※本誌に掲載されている商品の価格は、すべて税込となります。

## 掲載店リスト Shop List

### Fashion 一フッシュン

アーバンリサーチ ロッソ 050-2017-9125

オリヒカ ..... 06-6348-4878

クリア ..... 06-6485-7399

ジネス ..... 06-6348-4662

デシタル ..... 06-6348-4856

テチチ ..... 06-6348-4660

トウエルブアジェンダ ..... 06-4256-5715

メランクルージュ ..... 06-4300-5110

ラコレ ..... 06-6476-8516

ロベピクニック ..... 06-6348-4626

アシックスランウォーカー ..... 06-6131-6228

アモスタイル by トリンプ ..... 06-6442-3630

Runwalk ..... 06-6348-4670

アシックスランウォーカー ..... 06-6131-6228

アモスタイル by トリンプ ..... 06-6442-3630

Runwalk ..... 06-6348-4670

ジンズ ..... 06-6348-4871

ジフ ..... 06-6348-4847

ダイアナ ..... 06-6348-4669

チャーレズ & キース ..... 050-5491-9326

チュチュアンナ ..... 06-6348-4853

トゥエルブアジェンダ ..... 06-4256-5715

アシックスランウォーカー ..... 06-6131-6228

アモスタイル by トリンプ ..... 06-6442-3630

Runwalk ..... 06-6348-4670

アシックスランウォーカー ..... 06-6131-6228

アモスタイル by トリンプ ..... 06-6442-3630

### Beauty & Cosmetics ビューティーアンドコスメティクス

アドリエアルビオン大阪梅田店 06-6344-8588

イリムジミシヨーリセタ 06-6348-4671

コロ イープロ ..... 06-6344-8589

ビジネスレザーファクトリー 06-6147-3442

ショップイン ..... 06-6348-4634

ランダ ..... 06-6476-8009

ボーラ ザ ビューティ ..... 06-6348-4675

美スギ・コスメガーデン ..... 06-6348-4617

リガール ..... 06-6341-9296

秋本番である10月は、新しい季節を存分に楽しめるアイテムが盛りだくさん。新商品や期間限定品など、気になるグッズをチェックして!

## 02 AMO'S STYLE by Triumph

[アモスタイル by トリンプ]

新商品！

おうち時間を快適にするナイトブラ  
肌触りの良い綿混リブ素材を使用したこのブラは、リラックススタイルのマストアイテム。寝ている時のバストの横流れを抑え、美しい形をキープするので安定感も抜群。



レーシー ナイトブラ コンフォートタッチ  
各¥3,490~(M~Lサイズ)

## 07 Zoff

[ゾフ]

新商品！

長時間の着用でもずれにくい最新コレクションの新作登場



「ヘリテージとテクノロジーの融合」をテーマにしたフレームコレクション「VC」の第3弾。古き良きエルエントのウェリントンやボストンは程よいヴィンテージ感で、ワンランク上のオシャレを演出してくれる。

## 09 tutu.anna

[チュチュアンナ]

新商品！

「LADY LINE」から秋アイテムが続々登場!



「チュチュアンナ」の人気No.1シリーズ「LADY LINE」から、秋にピッタリな靴下が続々登場。定番のカラー・ソックスはくすみカラーで上品に、花柄ソックスはブーツやパンプスと合わせてコーデのポイントに。

## 11 美スギ

Cosme Garden

[美スギ・コスメガーデン]

期間限定商品！

美容液感覚の贅沢ケアを手肌にも



メラニンの生成を抑え、シミ・シバカスを防ぐ有効成分や、保湿成分を多配合したハンドクリーム。使えば使うほど、手肌を手入れしてくれる人気アイテムが、限定デザイン&ラッピングで登場。お見逃しなく!

## 12 Cosme Garden-S

[美スギ・コスメガーデン-S]

新商品！

ボタニカルのパワーでハリのある明るい肌へ



大地からの恵みを選びすぐれたパワーボタニカルとともに、くもりのないクリアな肌へ導くこちらのクリーム。肌に深いうれしいハリを与えて、血色のよい明るい肌を目指す。

## 13 Refresh hands

[リフレッシュハンズ]

その他！

夏の疲れは、今秋のうちにケアを



肩甲骨・上半身のストレッチと肩・首・背中の痛みほぐしで首こり・肩こりを集中ケア! 姿勢改善や運動不足にも効果的です。

肩甲骨ほぐし(35分) ¥4,840~

※2022年10月1日時点のリストです。店舗名は50音順で記載しています。

美スギ・コスメガーデン-S 06-6341-0308

リフレッシュハンズ ..... 06-6348-5185

阪神百貨店リラクシア

ケサランパサラン ..... 06-6341-1022

Gourmet 一グルメ

ヴェンキ ディアモール大阪店 06-6131-5686

久世福商店 ..... 06-6136-3949

サーイワーンアイスクリーム To Go

ディアモール大阪店 ..... 06-4797-5831

ル・ノーブル ..... 06-6345-0668

Life 一ライフ

青山フワーマーケット ..... 06-6347-5587

Sundries 一生活雑貨

イーストテーブル ..... 06-6147-5435

ケユカ ..... 06-6147-5435

ムジコム ..... 06-6147-6696

ル・ノーブル ..... 06-6345-0668

Other 一その他

期間限定ショップ ディアモールストリートマーケット ..... 06-6348-8931

詳しい店舗の場所は、ディアモール大阪ホームページのフロアマップをご覧ください。