

豊かな暮らしを演出する

北欧の雑貨たち

プレジエール

松戸市



今までの経験を生かした仕入れ、店づくりをする後藤夫妻

大きなガラス張りのショールーム。ここに、かわいらしい雑貨たちがディスプレイされている。JR八柱駅から徒歩4分、「プレジエール」は、タオル、カップ、アクセサリーなどカラフルで個性的な雑貨たちが訪れる者の目を魅了する。

にこやかに迎えてくださるのが、オーナーの後藤夫妻。旦那さまは代表の後藤太郎さん。主に北欧の雑貨を仕入れている。ネット販売もしている。ここは、1年5カ月前にショールームのような感覚で始めましたと笑顔。後藤さんは大手の通販企業で培った企画、販売のノウハウを生かし独立。大量販売ではなく、お客さんのニーズに合わせた商品選びや丁寧なラッピングなど、一人ひとりに心を

込めた品を届けられることが、このお店の良さだと言います。

ムーミンのお弁当箱、カップ、エコバッグなどが人気。わざわざ神奈川県や東京からも買いに来る固定客もいるほどだ。また、ムーミンのキャラクターがプリントされた布で作ったオーダー・カーテンも人気商品。奥さまが薦めてくださったのが、大阪在住のデザイナーによるプリントタオルやフェイスターオル。カラフルなデザインは、タオルとしての用途以外に家電製品などのカバーにも役立つそう。プレジエールは、お気に入り



ムーミンなど北欧雑貨がメイン



■Plaisier(プレジエール)

松戸市金ケ作36-7 ☎080-9879-6429
営業/月~土11時~17時 定休日/日・祝
P/近隣のタイムスをご利用ください。

りの雑貨に囲まれたゆるやかな暮らしをコンセプトにしている。

「北欧の方たちは、一つ一つの物を大切に長く使うんです。壊れても修理して使い続けるところが、すぐに買い替える日本との違いでしょうか」

これからの季節は、水筒や傘がねらい目。明るいデザインが持つ人の心を華やかにしてくれる。カタログ販売からネット販売



Instagram

へ時代が変わっても、直接自分の目で見て触って品物を選ぶというショッピングは、本当にお気に入りの品を見つけるためには楽しい行程なのではないだろうか。

(写真・文 高井さつき)

ひななっちゃんの



「再接近期」

1歳半を過ぎて…、予想外のことが起こりました。もともと慎重で臆病な性格の我が子。知らない人に出たり、知らない場所に行ったりすると、途端にだんまりします。

そんな中で、我が子が言い出した言葉。

「怖い」
あれも嫌だ、これも嫌だの「イヤイヤ期」は知っていますが、何を見ても「怖い」「怖い」と泣くようになって困ってしまいました。

バスに乗るのも「怖い」。乗車中はずっと泣いていて、周りの人が心配するレベル。お風呂に入るのも「怖い」と泣きます。何か不安にさせてしまったらどうか、何か嫌なことがあるのだろうか…と、日々頭の中は「怖い?大丈夫?」「何かしてしまっただろうか?」と不安でいっぱい。そしてインターネットで調べてこの言葉を見つけました。

【再接近期】マラーの分離-個体化理論

赤ちゃんは最初は母親と自分を一体のものとして認識していて、だんだんと母親を安全基地として外界を探索しはじめ、自己概念を確立していく理論。この頃「自分とママは違う生き物」と気が付き始め、「自分はママがいなくても生きていける」ということを理解し始めるのだそうです。

ママと自分が違う生き物なんだ!と気付きはじめている…。(そんなことってあるの?!)

それがわかってから、
「怖い!」
「そうだね、怖いねえ、でも、バスに乗れたねー!」
「怖い!怖い!」
「そうだねーでも、お風呂気持ちよかったねえー!」
と話すようになっています。

慌てることはなくなりましたが、なるべく早めにこの「再接近期」抜けしてほしいな…。



もうすぐ2歳児!イヤイヤ期突入、新米ママ、がんばります!

ひなたなほこ(ひななっちゃん)
千葉県市川市を中心に活動する表現教育アーティスト。
自主制作のファーストシングル「抱シフ」はわずか1年で1000枚を完売し売上を市川市に寄付。



お客様とともに進化しつづける

アジアダイニングルンビニ おおたかの森店

柏レイソルファンにも馴染み深い、本格的なエスニック料理が楽しめる「アジアダイニングルンビニ」創業は1995年、1号店を新松戸にオープンし、柏店、東陽町店に続いて2020年12月にオープンしたのがおおたかの森店だ。

TX流山おおたかの森駅西口から徒歩2分の真新しいビル1階にある店舗には、ランチ時にはひっきりなしに客が訪れ、既に人気店となっている。テイクアウトの注文客も多

い。驚くのはサービスの多さだ。「LINEで当たる



おおたかの森限定メニューのスパイスカレーランチ(1350円) 口の中でほろほろと崩れるチキンがたまらない!

お年玉企画や、「購入金額1500円以上で缶卓リンク1本をプレゼント」など、SNSも駆使した新しいサービスを次々と展開している。「消費者目線でこんなサービスがあったらいいな」というのを実現させているんです。アイデアは自宅でも家事をこなしている時に浮かびますね(笑)と話す代表の佐々木麻子さん。

創業当初はインドとネパールの料理を提供していたが「他のアジア料理も一緒に食べたい」という声でタイ・ベトナム料理も出すようになった。糖質オフメニューが欲しいという声に応え、人気のパッタイ(ライスヌードルを炒めたタイの甘い麺料理)は、こんなにやみつきに変わることが、ハラルやベジタリアンにも対応している。

1号店をオープンして早26年。コロナ禍で再認識したのは「食事が人生に与える影響の大きさ」だという。「毎日、何を食べるか、誰と食べるか。『食生活』は生きることに大きく影響しています。何より



ルンビニ LINE

■アジアダイニングルンビニ おおたかの森店

(取材)松原美穂子

も、お客様の健康に貢献できるお店を目指していきたいと話す麻子さん。時代の変化や顧客ニーズに合わせて、進化していくルンビニ。今後ますます楽しみです。



代表の佐々木麻子さん

流山市おおたかの森西 1-2-5
04-7199-9810
営業時間:月~日、祝日 11時~21時 ※5月31日まで20時閉店

第49回 しあわせレシピ

ズッキーニの肉巻き

●材料

ズッキーニ…1本
しゃぶしゃぶ豚ロース肉…16枚
塩・コショウ…適宜
A(醤油…大2
酒…大2 砂糖…大1)

●作り方

- ズッキーニを7cmの長さに切り縦に1/8に切る。
- 肉に塩コショウをして①のズッキーニを軸にして巻く。
- 薄く油をひいたフライパンで肉の色が変わるまで軽く両面焼き、酒大1/2(分量外)を入れ蓋をして焼き上げたら、一度取り出す。
- フライパンの油をふき取り、Aを入れ煮詰めたら、③を再び戻してからめる。



書籍「食べる米ぬか健康法」
著:大瀬由生子

全国書店にて好評発売中!!

まの健康研究所あじた
ワンポイントアドバイザー
料理研究家
大瀬由生子 先生
社団法人 日本健康文化協会 理事



ズッキーニ

見た目がキュウリによく似ているけど、キュウリの仲間?ズッキーニはカボチャの仲間です!その栄養は…?

●ズッキーニには100gあたり320mgのカリウムが含まれています。カリウムはナトリウムを排出し、体内の塩分濃度を一定に保つ働きがあり、高血圧の予防などの効果が期待できます。

●ズッキーニ100gあたり、310ugのβ-カロテンが含まれています。β-カロテンは体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。ビタミンAは目の機能、皮膚や粘膜の健康を保つために必要なビタミンです。活性酸素の発生を抑えたり、取り除く働きがあるとされています。

●ズッキーニ100gあたり、20mgのビタミンCが含まれています。ビタミンCはコラーゲンの合成にかかわるビタミンで、皮膚のシミやしわを防ぎ、傷や炎症の治りをよくします。また、活性酸素を消去する抗酸化作用があり、美肌効果が期待できます。

●食物繊維は、腸を整える働きなど身体の中で有用な働きをすることが注目されており、第6の栄養素と言われることもあります。ズッキーニ100gあたり、1.3gの食物繊維が含まれています。(水溶性食物繊維が0.2g、不溶性食物繊維が1.1g)。不溶性食物繊維は腸の中で水分を吸い込んで膨らみ、腸を刺激することで便通を促して便秘の解消に役立ちます。

※状況により実施日時に変更がある場合がございます。
最新の情報はホームページをご覧ください。
ららほーと柏の葉 北館3F まちの健康研究所「あ・し・た」
大瀬先生の食のミニ講座開催。詳細はホームページで!

