

はな*さき*小町

enjoy myself, enjoy my style.

国内なのに海外気分？海外モチーフの観光施設に注目！

海外には行きたいけれど、費用的にも時間的にもなかなか難しい…そんな女性たちにうれしい、国内にいながらにして海外気分が味わえる観光施設が増えています。手軽な旅行先として人気上昇中の施設を紹介します！

◆イギリスの田舎町を再現「ドウリムトン」

京都府亀岡市に2011年に完成したのが、イギリスのコッツウォルズをイメージした「ドウリムトン」です。コテージ5棟とレストラン、カフェなどがあり、建物はイギリスの田舎町らしい雰囲気です。レストランではフィッシュ&チップスや、ミートパイ、10種類以上の紅茶など、イギリス料理を楽しむことができます。また、イギリス直輸入のアンティークを販売する店もあり、お買い物も楽しむことができますようにしています。

◆地中海の別荘地？「志摩地中海村」
三重県の志摩市には、スペインのアンダルシア地方とカスティールヤ地方、イタリアのサルジニア島の3つの街並みを再現した「志摩地中海村」があります。別荘型のヴィラタイプの宿泊施設や、レストランやカフェ、クルーズ船を用意。まるで地中海の別荘地にバカンスにきたような気分を味わえます。

◆高知県にエーゲ海？「ヴィラサントリーニ」

エーゲ海に浮かぶ、青と白の美しいコントラストが素晴らしいサントリーニ島。ハネムーンの地として世界中から絶大な人気を誇るリゾート地です。そのサントリーニ島気分が味わえると話題なのが、高知県土佐市にあるホテル「ヴィラサントリーニ」。南国の太陽に照らされた白い壁が輝き、まるで日本にいることを忘れてしまいたいような風景と評判です。また、それぞれの客室はサントリーニ島の伝統的な建築様式「カナバススタイル 洞窟型」で、天井が丸くなっています。レ

ストランではギリシャ料理も提供され、エーゲ海と同じく海の幸が豊富な高知県だけあり、シーフード料理が絶品だそうです！

◆「赤毛のアン」の世界が広がる「カナイアンワールド公園」

朝ドラ「花子とアン」で脚光を浴びた「赤毛のアン」。その舞台となったカナダのプリンス・エドワード島をイメージしたのが、北海道芦別市の「カナイアンワールド公園」です。アンが暮らした家や使った道具、通った学校、教会などを忠実に再現。アンティークオルゴール館、ギャラリ、カフェなどもあります。冬季は休園





12月の見直し〈あふれるモノを整理しよう!〉



「捨てる」「預ける」選択肢で部屋をスッキリ!

無駄なモノを捨ててシンプルに暮らしたいと思っても、インターネットで気軽にモノが買え、100円ショップに行けばたくさんの商品が並ぶ現代社会ではなかなか難しいもの。あふれかえるモノの収納にアタマを悩ませる人が増えていることから、「収納マイスター」なる資格まで登場しています。

モノを溜め込んでしまう人の特徴は、「いつか使うかもしれない、と考えてしまう」「人からもらったモノを捨てるのは気が引ける」など「捨てる」ことに抵抗感のある人。一時期は「断捨離」の考え方も流行しましたが、最近では「捨てる」以外にも「預ける」選択肢を用意して、片付けを進める考え方が浸透してきています。

まず、押し入れや収納スペースにあるモノをすべて床に広げます。そこから、「捨てるモノ」「預けるモノ」「思い出関連」に仕分けていきます。捨てるモノは、例えばまだ使えるのでもったいないと思っていた旧式のビデオカメラや、もらったけれど趣味に合わない服やカーテンなど、「捨てる」気持ちになれば捨てられるモノです。

預けるモノは、本当は捨てても良いのかもしれないけれど、その踏ん切りが付かないモノです。どんなモノでも、持ち主としては過去の思い出や人間関係とつながっているので、捨てる後悔するのではないかと感じる場合があります。その時は無理に捨てず、いったん預けます。トランクルームなどに預ける場合、保管期間が決まっているので、その時にもう一

度「捨てるかどうか」の判断をすれば良いのです。いったん自分の手元からモノが離れることで、冷静な判断ができるようになります。

思い出関連は、子どものアルバムや通知表など、手元に置いておきたいもの。これらは収納スペースの奥にしまい、手前によく使うものを収納するようにします。

収納が進み、部屋がスッキリすると、今までとは違う居住空間が生まれます。ここで大切なことは、今までは「物を置く（収納する）ために余分に家賃・土地代を払っていた」ことを実感することです。そして、「便利だから」「安いから」「限定品だから」とモノを次々と買うことを戒め、モノを買うときは「モノを買うことは居住空間をその分減らすこと、モノの分の家賃を払うこと」と振り返り、本当に必要かどうかをしっかりと見直すことが大切です!



小町さんの「見直し」塾

change myself, change my life.



はなさき お悩み相談室



冬になると、頭皮がかゆくなります。

空気が乾燥する冬になると、頭皮がかゆい、フケがよく出るという悩みを抱える女性が多くなります。それは、頭皮の乾燥が原因かもしれません。頭皮の一部がかゆいなら、「こすり過ぎなどで頭皮が傷ついている」かもしれません。頭皮全体がかゆいならば頭皮が乾燥している可能性があります。

乾燥の一番の原因は「洗い過ぎ」。汚れを落とすつもりでゴシゴシ洗いがちですが、頭皮を守っている皮脂や天然保湿因子は必要なもの。さらに、年齢を重ねると皮脂などが若い頃よりも減るため、乾燥しやすくなって

います。洗い過ぎを見直すとともに、シャンプー選びにも気を配りましょう。シャンプーは最近普及してきたアミノ酸系の「ノンシリコンシャンプー」が頭皮に優しいのでオススメです。また、頭皮の血行を良くするための頭皮マッサージも効果あり。ただし、濡れた髪頭皮は傷つきやすいので、マッサージは髪も頭皮も濡れた状態で行いましょう。指先を使うのではなく、手の平で包み込むようにしながら、やさしく頭皮を動かすだけでOK。髪の根元までしっかりと栄養が届くようになり、髪を美しくする効果もあります。



みんな集まれ～!

大人女子部

お年賀のマナー

お年賀の贈り物は、郵送するのが通例のお歳暮とは異なり、直接持参するのが望ましいものです。正式には正月三が日（1/1～1/3）の間に行う年始挨拶の手土産として直接持参するのが礼儀ですが、三が日の間に都合が付かない場合であっても、松の内（一般的には1/6まで。1/7、1/10、1/15までなどとする地方もある）までの間に訪問するのが習わしとなっています。

年始は何かとバタバタするので、暮れの内に先方の都合を確認しておくといいでしょう。なるべく午後（1～3時頃）に訪ね、あまり長居はせずに玄関先で失礼します。挨拶をするのが主目的なので、お年賀は高価なものを贈る必要はありません。双方の都合

により、松の内の間を過ぎて訪問することになった場合は、表書きを「寒中見舞い」として持参します。

お年賀はあくまでも直接訪問する際の手土産であることから、受ける側もわざわざ訪問してもらったことへの手土産を返礼として用意するのが礼儀です。表書きの献辞（上書き）は「松の葉」「御礼」などとし、寒中見舞いの場合も同様です。

