ここでご紹介するお店は、私たちの身近なお店ばかりです。読者の皆さんがお客様として、あるいは通りすがりとしてご存知のところが多いことでしょうが、そのオーナーや内側については意外と知ることが少ないに違いありません。『北の手かわら版』編集部では、ＡＳＡ店スタッフの強力な情報力の助けを借りて、一軒一軒のお店をインサイドレポートしてまいります。

自薦他薦を問わず、大歓迎致しますので、ＡＳＡ田端・西ヶ原店またはおなじみのスタッフにお声掛けください。

なお新設のフリー広告スペースのご活用もどうぞ!!

Parko（パーコ）

髪や地肌に負担をかけず、自然な仕上がりに!

霜降銀座に4月、オープンしたアットホームな美容室。ヘアスタイルへのこだわりはもちろん、髪とカラダにやさしい白髪染め、縮毛矯正が得意だ。

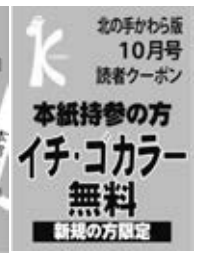
「美容室はたくさんの薬剤を扱いますが、本当に良いモノを厳選しています。敏感体質な方もおしゃれを楽しんでいただければ」と店主の米林雅子さん。

好評なのが、おしゃれ染めのような白髪染め「イチ・ゴカラー」。髪や地肌へのダメージを抑え、明るく染まる（6千円＋税）。他にも白髪染めのバリエーションが豊富で、ノンアルカリのアロマカラー、100％天然高純度のヘナ&ハーブ、妊婦さんや授乳中の方も安心なノンジアミンカラーなど、髪の状態や要望に合わせて提案してくれる。

縮毛矯正では、「部位によって毛髪の状態が違うので、数種類の薬を使い分け、なるべく髪に負担かけずに自然な仕上がりを目指しています」ときめ細かい。

着付けやネイルもでき、「美容福祉士」の資格も持つ。小さなお子様連れや車椅子の方もお気軽に。シャンプーカットは4千円＋税。

・北・西ヶ原1−60−6高松ビル1F
・☎03−3918−0385
・予約受付時間　8時〜17時（時間外応相談）
・定休日　日曜・祝日・火曜不定休
http://www.parko.jp/



㈲スーパー小倉屋 松屋米店

精米したてのおいしいお米を食卓に。5㌔から配達無料!

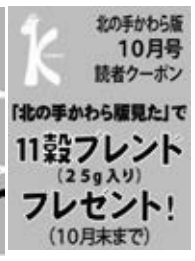
霜降橋交差点の近く。かつて精米所として使っていたスペースを店舗に改装し、6月にオープンした。

顔の見える関係の生産者から仕入れる安心なお米を取り揃え、無農薬や減農薬など、こだわりのお米からスーパーの特売価格まで種類豊富に販売している。

店主の小林隆さん(写真左)は、「当店は敷居の低いお米専門店です。お話をしながらお客様に合うお米をお勧めします」と心強い。右はお父さんの明さんで精米を担当。「ご飯はつきたて、炊きたてが一番おいしい。1㌔から精米できます」。

同店オリジナルの「11穀の雑穀ブレンド(100㌘入200円)」は市販品よりずっとおいしく、記者イチオシ。ご飯に少量混ぜて炊くだけで不足しがちな栄養素をバランスよく摂取でき、生活習慣病の予防にもなる。

ユニークなのはお米が3合ずつ入った「少量パック」。たまにしか食べない方や、色々な種類を試してみたい方に好評だ。新米シーズンを機に、いつものお米を見直してみては?



・北・西ヶ原1−27−51
・☎03−3901−8401
・営業時間　9時〜19時
・定休日　日曜日
http://www.super-oguraya.com/

マーチぴあの教室

未就学児からシニアまで、レベルに合わせたわかりやすい個人レッスン

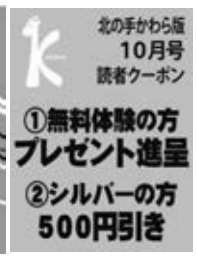
「昔は上手くなってほしい一心で厳しく指導しましたが今は丸くなりました」と笑う藤森さんは、学生時代も含め講師歴30年以上のベテラン。ピティナなど各種コンクールや音高・音大受験を目指す生徒の指導経験も豊富で、ヤマハ音楽教室では主にグループレッスンを担当する。

長年の多様な経験から、生徒の希望や実力に合わせた柔軟な指導力には定評がある。楽譜を読むのに四苦八苦している生徒には、「こんな風景が想い浮かばない?」と曲のイメージをつかみながら演奏するよう導いたり、指使いのコツを簡単な表現で伝授したり。

「この曲が弾きたい」「基礎から勉強し直したい」という大人の方も大歓迎。実母の介護で昭和歌謡がお母さんを笑顔にした体験から、音楽は人生を豊かにすると実感したと言い、「ピアノを通じて人生を楽しむお手伝いができたら」と話す。

振替レッスンにも応じ、夜は22時終了位まで可。発表会は年1回（滝野川会館・北とぴあ等）。無料体験あり。お気軽にお問合せを。

・北・上中里1−11−5
・☎03−3910−3738、☎080−5442−3738
・月謝　未就学児6千円、小学生以上7千円〜。年42回以上。※入会金・維持費なし
・レッスン日　火・金ほか



雑貨店 セミプレコ

ハンドメイド作家の独創的な作品もたくさん!

旧古河庭園正門の向かい側に6月オープン。「日常がウキウキ気分になれるものを手頃な価格で届けたい」と店主の武田紀子さん。家族揃ってハンドメイド好きで、雑貨店を開くのが小さな頃からの夢だったとか。

天井が高く、窓からやさしい光が射し込む店内には、文房具やキッチン用品など、かわいらしい生活雑貨が素敵にディスプレイされ、眺めているだけで時を忘れて楽しめる。

数人のハンドメイド作家さんと契約しているので、独創的な作品もたくさん。例えば、ルーマニアやチェコなどのビンテージ生地で作ったポーチや鞄。パリの蚤の市のシャンデリアがパーツに使われたコサージュ。とぼけた表情がかわいいフワフワのぬいぐるみ。

500円以下で買える小物も多く、ちょっとしたプレゼントを探すのにもちょうどいい。10月からはストールや帽子など、カラフルでかわいらしい秋冬アイテムが充実する。ちょうど旧古河庭園で秋のバラフェスティバルも始まる頃。お散歩がてらぜひ訪ねてみて!

・北・西ヶ原1−25−6第2斎藤ビル
・☎5980−7007
・営業時間　11時〜19時
・不定休
http://www.semipleco.jp

ぱれっと Cherry Blossom Ave.

人とかぶらず、着心地良く。上質なおしゃれを楽しみたい方に!

「ヨーロッパの美術館のようなブティックをつくりたくて」と約6年前にオープン。語りかけてくるようなショーウィンドウのディスプレイや、洋服から小物まで、個性的でアーティスティックなデザインが揃う店内は「美術館」という表現がぴったりだ。

商品は主にイタリア・フランス・スペイン・日本などのメーカーのオーダー生産品。よそで見たことのないような洋服ばかりで、デパートを卒業したおしゃれなお客様が多い。上質で着心地が良く、ほぼ一点物なので人とかぶる心配がない点も見逃せない。

カットソーやジャケットも、伸縮性のある素材や巧みな縫製で体型をカバーしてスタイルよく見せてくれるスグレ物ばかりだ。

自宅での簡単なお手入れ方法や、諦めかけていたニットのお直しの相談にも乗ってくれる面倒見のよさも嬉しい。秋の行楽に、パーティに、シーンを選ばず長く愛せるアイテムが勢揃い。コーディネートの幅が広がる素敵なお店。ポジティブに暮らしを楽しみたい方はぜひ訪ねてみて!

・豊・駒込3−41−1
・☎5974−8878
・営業時間　12時30分〜19時
・無休（年始のみ休業）
http://palettecba.jugem.jp/

としおセンセイ
笑ってばかりの楽しいレッスン
元気がでます!!
ようこセンセイ

「健康のために運動しなきゃ」と思っている皆さん!
社交ダンスはお医者さんもおススメの運動です。
誰にでも出来るステップで、リズムに合わせてカラダを動かせば、
それがダンス! 何歳からでも始められます。

グループレッスン　*個人レッスンはお問合わせください

クラス	練習日	時間	月謝
初心者	火	11:00〜12:00	4,320円
	金	11:00〜12:00	
	土	13:30〜14:30	
ラテン基本	木	12:00〜13:00	4,320円
中級	金	19:00〜20:00	5,400円
上級	月	12:00〜13:30	7,560円
専科	金	14:00〜15:00	8,640円

年齢不問
出張レッスン♪
滝野川体育館でグループレッスン開催中!
木曜日
19:15〜20:15
(月3回)

「北の手かわら版見た」で
グループレッスン
12月末まで
体験 無料!
見学・お問い合わせはお気軽に!
☎3915−6850

Shall we dance?
ソシアルダンススクールますぶち
豊島区巣鴨2−11−5巣鴨第一ビル3階
レッスン時間　平日・祭日12:00〜22:00
ソシアルダンススクールますぶち　検索
日曜定休