

番組名	第 121 回 大江戸八百八町わそうび情報局	
MC 名	林良江 <a href="http://www.wasoubi.jp/">http://www.wasoubi.jp/</a> ・ フェイスブック : <a href="http://www.facebook.com/#!/wasoubi">http://www.facebook.com/#!/wasoubi</a>	
ゲスト & レギュラー	(ゲスト) マクロビオティック シェフ 川辺里奈様 (りなるび) <a href="http://rinarobi.net/">http://rinarobi.net/</a>	
	(株)結婚しましょ! 代表取締役 丸山和子様 <a href="http://www.e-kekkon.org/">http://www.e-kekkon.org/</a>	
	自分結い 大江戸和髪学会 2代目会長 藤野紀子様 <a href="https://www.facebook.com/noriko.fujino.927?fref=ts">https://www.facebook.com/noriko.fujino.927?fref=ts</a>	
	女優 江戸しぐさ 伝承普及員 一戸都様 <a href="http://ameblo.jp/ichinohemiyako/">http://ameblo.jp/ichinohemiyako/</a>	
	「美人区」_代表取締役 齋藤和美様 <a href="http://niigata-bijinku.com/about/">http://niigata-bijinku.com/about/</a>	
	日本語教師 田口幸恵様 <a href="https://www.facebook.com/yukie.taguchi.5?fref=ts">https://www.facebook.com/yukie.taguchi.5?fref=ts</a>	
	(株)メリーポピンス 代表取締役 中山瑞穂様 <a href="http://www.merry-poppins.com/">http://www.merry-poppins.com/</a>	
	「自分結い 大江戸和髪学会」ヤング担当部長 高野佑希様 <a href="https://www.facebook.com/youki.takano.7?fref=ts">https://www.facebook.com/youki.takano.7?fref=ts</a>	
和創美 代表 林良江 <a href="http://www.wasoubi.jp/">http://www.wasoubi.jp/</a>		
スポンサー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ (株)PR現代 和の生活マガジン「花 saku」03-3639-1253 <a href="http://www.sakuracom.net/">http://www.sakuracom.net/</a></li> <li>・ 和創美 <a href="http://www.wasoubi.jp/">http://www.wasoubi.jp/</a></li> </ul>	
番組進行	<p>17:00 放送開始</p> <p>17:01 挨拶</p> <p>17:05 「CM1本」</p> <p>17:08 「川辺里奈様」</p> <p>17:35 「ラフベリー」</p> <p>17:42 「告知タイム」</p> <p>17:45 挨拶</p> <p>17:48 エンディングトーク</p> <p>7:50 放送終了</p>	<p>「テロップ他」</p> <p>大江戸八百八町わそうび情報局 BGM</p> <p>出演者全員 レギュラー</p> <p>CMビデオ (株)PR現代「補足」 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rUJq6YqePgM">https://www.youtube.com/watch?v=rUJq6YqePgM</a></p> <p>HP・写真 <a href="http://rinarobi.net/">http://rinarobi.net/</a></p> <p>音楽タイム ビデオ Rafvery 「奇跡の絆」 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=e9JlkBmF-54&amp;feature=share">https://www.youtube.com/watch?v=e9JlkBmF-54&amp;feature=share</a></p> <p>シャイニング</p> <p>大江戸八百八町わそうび情報局 BGM</p>
	<b>テーマソング 作詞・作曲・演奏 : 林かおる 歌:わそうびkimonoガールズ</b>	

提供)

- ・ (株)PR現代 和の生活マガジン「花 saku」03-3639-1253 代表取締役社長 下島仁様  
<http://www.sakuracom.net/>
- ・ 和創美 代表 林良江 <http://www.wasoubi.jp/>

協賛) ・ (株) 結婚しましょ! ・ (株) メリーポピンズ ・ 「美人区」 ・ 都企画 ・ 和創美イベント ・ 自分結い大江戸和髪学会 和髪研究会 ・ シャイニング『輝く女性づくりの会』 ・ 『浅草のスカイツリーが見えるカフェで英会話』 日本伝統文化を英語で伝えましょう!

理念)

輪と和を重んじる心 . . .

日本伝統文化を着物と和髪を通して未来に繋ぐ活動。更に、TVを通して世界中に広げて参ります! 楽しい情報番組を展開して参りたいと思います。

次回は . . .

☆第4週目 第122回

11月24日(土) PM 5:00 ~ 5:50 「大江戸八百八町わそうび情報局」

出演者: (ゲスト) ・ 林良江 (MC)

レギュラー: 仲人マダム ・ 中山瑞穂 ・ 一戸都 ・ 高野佑希 ・ 藤野紀子 ・ 齋藤和美 ・ 田口幸恵

マクロビオティック シェフ 川辺里奈様

**Rinarobi** りなろび

**KUSHI** マクロビオティックアドバイザー

**KUSHI** マクロビオティックフードコーディネーター

マクロビオティック パーソナル シェフを中心にオーガニック珈琲屋台のマクロビオティック クッキー5種類のプロデュースやりなろびオリジナルマクロビオティック クッキー、パウンドケーキを販売、cafeでのりなろびオリジナルメニューを提供、料理教室では、初心者の方やマクロビオティック ライフを楽しんでいる方にも、子ども向けの身体にやさしい内側から綺麗になる簡単で美味しい見て楽しむりなろびレシピで日々マクロビオティックを広げる活動を行っている。

## マクロビとは

玄米を主食、野菜や漬物・乾物などを副食とする事を基本とし、独自の陰陽論を元に、食材や調理法のバランスを考える食事法です。

そもそもマクロビオティックとは、穀物や野菜、海藻などを中心とした日本の伝統食をお手本とした食事を摂ることにより、自然と調和しながら健康な暮らしを実現する考え方。このマクロビオティックの理論は、1950年代のアメリカ・ボストンにて、日本人の久司道夫氏によって初めて体系化され、普及されていきました。植物性食品を主体とするマクロビオティックの考えは、動物性食品に偏っていた当時のアメリカの食文化に大きな影響を与え、オーガニックフードや自然食の運動を引き起こしました。そして、ファッションモデルやハリウッド俳優、アーティスト、政治家などに支持されるまでになり、マクロビオティックの食事法によって健康を回復した欧米人は数万人に及ぶと言われています。今日では、アメリカや日本をはじめ、ヨーロッパやアジア各国で400万もの人たちがマクロビオティックを実践しています。(クシマクロビオティックアカデミーより引用)

Macrobiotic chef

りなろびオフィシャル HP♡

<http://rinarobi.net/>

マクロビオティック アドバイザー  
マクロビオティック フードコーディネーター  
マクロビオティック シェフ

BMI inc.所属

<http://www.bmi-inc.jp/>

2009年8月からマクロビオティック  
プライベートシェフ始める  
同年4月から自宅教室や出張教室を開始  
Rinarobi produce macrobiotic cookies  
りなろびマクロビクッキー  
プロデュースなど都内4店舗で販売中  
イベントも多数開催・  
2013.7～月1開催のマクロビと蕎麦の会♪  
では、マクロビオティックフルコースを  
お作りしてお客様へ提供♡  
1周年を迎え2014.7満員御礼で終了  
翌月8月からは表参道にある自然食品店  
Smie Seeds Market のシーズサロンにて  
すましいのマクロビオティックディナー☆  
をコラボで月2回開催  
超満員御礼でスタート・  
現在も満員御礼で開催中～・

グループ「浅草大好き集まれ～♪」の管理者です☺□  
浅草好きな方は是非グループへお待ちしております♡

CMタイム

## 花SAKU

**着物を着ると自分が輝く、仕事も家庭も生き方までが変わっていく。そんな女性たちを応援する月刊誌です。**

「着物を着る」ことが日常ではなくなった現代、あえて「着物を着る」ことで広がる新しいライフスタイルを提案し続けているのが『和の生活マガジン花 saku』です。

季節ごとの着物のコーディネート特集、着物や和の文化に携わる作家たちの紹介、着物を着る時のヘアアレンジや自分に似合う色を見つける方法、和のインテリアや雑貨、家づくり、庭づくり、食べ物など、和の暮らしに関わるすべてがテーマです。

『花 Saku オンライン』では、本誌で掲載しきれなかった情報をウェブ限定で公開しています。本誌をご愛読いただいている方でも、お楽しみいただける情報が満載です。本誌とあわせて、あなたの着物ライフにお役立てください。

## ▽本誌連動のウェブ限定コンテンツ▽

### ○きものの髪型(動画)→

本誌の人気ページ「きものの髪型」でご紹介した、ヘアの作り方の動画を公開。誌面ではわかりづらかった細かい点も、動画でチェックできます。

### ○教えて安田先生「きもの塾」→

装賀きもの学院院長、安田多賀子先生による「きもの塾」ページのバックナンバーをご覧ください。

### ○あなたに似合う色を見つける(和のパーソナルカラー)→

本誌「和のパーソナルカラーで日本の色を着こなそう」でおなじみ、『伝統色彩士協会』の吉田雪乃さんによる「和のパーソナルカラー診断」で、あなたに似合う色をさがしてみませんか？

### ○展覧会・イベント情報(チケットプレゼント)→

本誌でご紹介した展覧会やイベントのチケットプレゼントは「花 saku オンライン」からお申込みいただけます。

### ○簡単手づくり<押し絵>よしえのおしえ→

きもの作家、国分佳恵さんの押し絵レッスン。厄除けとしてきものの背中に縫い付けるだけでなく、足袋や小物のワンポイントにしたり、帯留めや根付けにするなど思い思いに楽しんで！

### ○お箸の先に和の調べ→

銀座の日本料理店「ほうおう」の料理人さんによる、旬の食材を使った本格和食レシピをご紹介します。本誌で紹介したレシピはもちろん、ウェブ限定公開のレシピも毎月更新中。日々のお食事やおもてなし料理にお役立てください。

### ○日本全国染織探訪 北の風と南の海と→

北海道の最北端から沖縄本島まで約 2,400Km。日本には、その土地土地に伝え継がれてきた『染め織り』を今も守り続ける人がいる。そんな作り手たちを訪ねながら、東へ西へ北へ南へと日本に行く探訪紀行。本誌では紹介しきれない、職人の方々の生の声を動画で公開！

### ○「きもの美人」写真 大募集！→

「花 Saku」本誌で読者モデルデビューしてみませんか？お友達と、ご家族で、セルフポートレート…。

条件は着物姿であることだけです。お気に入りの写真を、編集部にお送りください。

発行所

株式会社PR現代

103-0024 東京都中央区日本橋小舟町 9-4

和の生活マガジン

目次

霜月号 2017 Vol. 266

表紙『花 saku』瑠璃(るり)

瑠璃の英名「ラピスラズリ」という宝石が色の由来。藍色よりも少し薄く生き生きとした青色で、藍色と並ぶジャパンプルーの代表色。青よりも濃く大人っぽい色合いの瑠璃色は、美しく神秘的な深海を想像させてくれます。

2 扇子作家 吉本忠則の一握りの思ひ

4 歌舞伎の彩 44 役者ときもの／雪に溶け込む二人の儚さ／和粋伝承人 島田史子

5 茶器茶菓 8 陰と陽／松村宗亮

6 恋する伝統食 8 味噌玉／タカコ ナカムラ

7 季節のつまみ細工レッスン 8 うさぎの小物入れ／ひめじおん

8 特集

伊万里の秋 ジャパンプルーきもの紀行

20 日本全国染織探訪 「北の風と南の海と」222 牛首紬／久留米絰

24 草履でさんぽ／第 257 回 都会の真ん中にたたずむ新宿総鎮守

**26 きものの髪型「私のヘアスタイル教えます！」ダブル渦巻きが印象的！ ちょっとレトロなアップヘア**

28 教えて安田先生 きもの塾／第 114 回 母のきものを娘が着る 母の品格 娘の可憐

30 出逢えてよかった きものとわたし／第 162 回 杜 このみさん

32 街で見かけたきもの美人

34 たんすコンシェルジュ もったいないの玉手箱 32 おしゃれなコートがない！

35 おしゃべり倶楽部

36 インフォメーション／七宝焼 kimito 帯留「SYRUP シリーズ」ほか

38 愛読者ハガキ・読者プレゼント・バックナンバー

39 次号『花saku』ご案内