

札幌の地域密着型エンターテインメント無料情報誌

GET'S

SAPPORO
FREE PAPER

2015.04

ARTIST PICK UP

アーティスト特集: a crowd of rebellion
サイン色紙プレゼント!



FOOD

BEEF IMPACT

ラーメン虎の介 トッピングサービスクーポンつき!

FASHION

SAPPORO STREET SNAP ~FRUITY♥SPECIAL



MUSIC REVIEW

きやりーぱみゅぱみゅ「もんだいガール」

This is the free informational magazine in which
much local information on Sapporo appears.



TAKE FREE No.57

FREE PAPER **GET'S!!**

発行人/中屋裕文 編集長/石山 優 <http://www.ps-gets.com/sapporo>
発行/(株)クルーコーポレーション GET'S!!編集局
〒001-0033 札幌市北区北33条西3丁目1-4 TEL(011)788-5169 FAX(011)788-5189

表紙:
a crowd of rebellion
(ワーナーミュージック)

挑戦!!



国内最大

国際スキー連盟 (FIS) 公認
ban.K ハーフパイプ

ban.K

ばんけいの森 さっぽろばんけいスキー場

www.bankei.co.jp

Venue of the 2017 Asian Winter Games 2017年亚洲冬季运动会举办场地 2017年亞洲冬季運動會舉辦場地

2017年 冬季アジア札幌大会 開催スキー場 (モーグル・スノーボード)

札幌の地域密着型エンターテインメント無料情報誌

GET'S

SAPPORO
FREE PAPER

No.57 2015.04 CONTENTS

PLACE

・国内最大ハーフパイプに挑戦! さっぽろばんけいスキー場……………00

ARTIST PICK UP

・メジャーデビューシングルリリース! a crowd of rebellion ……02

MUSIC

・GET'S CD RANKING 2015.02 > 2015.03 ……………05

FOOD

・BEEF IMPACT/ラーメン虎の介 ……………06

MUSIC REVIEW

・きゃりーぱみゅぱみゅ「もんだいガール」……………08

DIET

・不定期連載:若葉のすばらダイエット徒然草……………10

TOWN INFO

・SAPPORO STREET SNAP FRUITY♥SPECIAL ……………11

EVENT INFO

・北海道から全国へ! フルーティー♥3月イベント情報 ……………14



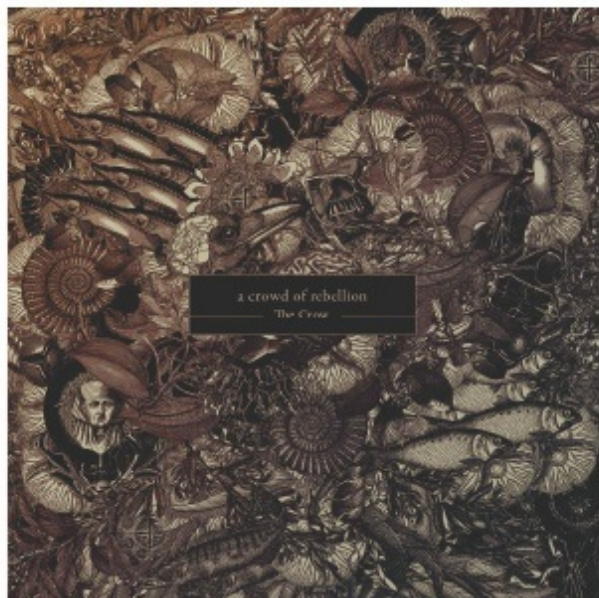
今月の表紙 a crowd of rebellion

新潟発・5人組ロックバンドが初登場。メジャーデビューシングル「The Crow」を3月4日にリリースしたばかりの彼らの今後の活躍に注目!!

Bass:高井佑典
 Vocal & Guitar:小林亮輔
 Drums:近藤岳
 Vocal:宮田大作
 Guitar:丸山漠



a crowd of rebellion
 2015.03.04 Release



major debut single

The Crow

01. The Crow
02. REBELLIOUS BEHAVIOR
03. A Malice Of Rider

- 初回限定盤(CD+GOODS):
 WPCL-12058 ¥1,620(税込)
 オリジナル・ラバーバンド付/ツアー会場にて缶バッジ引き換え連動特典あり
- 通常盤(CD):WPCL-12059 ¥1,200(税込)

TOWER RECORDS SAPPORO PIVOT PRESENTS
 北には北の音生活。*

[Alexandros] SiM オトノエ
 THE ORAL CIGARETTES
 Vol.7
 2015.4.19 sun
 @ Zepp Sapporo

PIVOT 20th ANNIVERSARY

NOth MUSIC, NOth LIFE.

GARTIST a crowd of rebellion INTERVIEW

Q1.まず初めに、メンバー構成・自己紹介をお願いします。

Vo宮田大作、Vo/Gt小林亮輔、Gt丸山漠、Ba高井佑典、Dr近藤岳の新潟出身5人組で活動しております。(近藤Dr)

Q2.ついにメジャーデビューシングル「The Crow」を3月4日にリリースした a crowd of rebellion さんですが、どのような曲に仕上がりましたか?

3曲がそれぞれ違う顔をもったとてもバラエティな仕上がりになりました。
The Crowに関しては僕らの思うエモーショナルを詰め込んだ曲になっているのですが、ほか2曲はそれぞれまた違った面をみせている、そんな作品になっています。(丸山Gt)

Q3.2015年は、どのような年にしたいですか?

沢山のフェスに出演し、新潟の a crowd of rebellion を知らない人々に俺たちの音楽を届けたいです。(宮田Vo)

Q4.音楽とは関係ないですが、きっとバレンタインのチョコをたくさん貰ってる a crowd of rebellion さんに質問です。

ホワイトデー間近という事でホワイトデーの思い出や面白エピソードをお聞かせ下さい!

僕が小学校6年生の時に当時好きだった子からバレンタインにチョコを貰い、あまりにも嬉しかったのでその子にバレンタインのお返しでお菓子と手紙を用意したんですけど、ホワイトデー当日にそのお菓子を別の子に渡してしまった事がありました。(高井Ba)

Q5.最後に北海道のファンの皆さんに熱いメッセージをお願いします。

新潟と比べると失礼なくらいお寒いでしょうがシングル「TheCrow」余すことなく聴いてあっつくなってほしいです。また、北海道でライブ出来るのを楽しみにしています。(小林Vo&Gt)

Present!

a crowd of rebellionのサイン入り色紙を1名様にプレゼント!タイトルを「アーティスト・57号」とし、本文に「住所」「氏名」「年齢」「a crowd of rebellionへの応援メッセージ」を書いて、prege-s@ps-gets.comまでお送りください。

(応募締切は2015年3月31日、当選発表は発送をもってかえさせていただきます。)

M's GROUP.LTD



マンモス'21月寒店

札幌市豊平区月寒中央通9丁目3-38
TEL:011-853-2234

マンモス'21平岸店

札幌市豊平区平岸6条9丁目3-30
TEL:011-814-0888

マンモス'21菊水店

札幌市白石区菊水6条4丁目2-25
TEL:011-815-3338

SLOT BAR M's


札幌市東区北25条東15丁目15-1
TEL:011-702-8821

デビュー30周年記念ニュー・アルバム!

「中村あゆみの知らない“中村あゆみ”」

豪華アーティスト書き下ろし! 約1年8ヶ月ぶり15枚目の30周年記念ニュー・アルバム!!

中村あゆみ カメレオン Chameleon

CD発売中!  WARNER MUSIC JAPAN



①【通常盤CD】 3,000円(本体)+税/WPCL-12048

②【初回限定盤デラックス・エディション】
【CD+DVD】 4,259円(本体)+税/WPZL-30982/3

3方背BOX仕様+CDサイズ16P壁掛けカレンダー封入
[掲げ下ろしフォト/2015年3月~2016年2月]

《DVD》ミュージック・ビデオ3曲収録!

- ①「あなたしか覚えてない」
- ②「Cry」(テレビ朝日「お願いいモーニング」1月度EDテーマソング)
- ③「あゆみ」(玉置浩二書き下ろし名曲!)
(BS日テレ「歌謡プレミアム」2月度推薦曲)

■ 豪華アーティスト&作家陣が名曲書き下ろし!

作曲: 玉置浩二、宮沢和史、尾崎亜美、上田知華、伊藤銀次 etc.
作詞: 松井五郎、須藤晃、玉置浩二、戸沢福美が、中村あゆみのために
名曲を書き下ろしたニュー・アルバム!
中村あゆみ本人も知らない“中村あゆみ”の魅力を存分に引き出します!

■ 玉置浩二書き下ろしのバラード名曲「あゆみ」収録!

BS日テレ「歌謡プレミアム」2月度推薦曲

【CD収録曲】

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 1. あなたしか覚えてない(作詞:松井五郎/作曲:上田知華/編曲:増渕 東) | 7. Suddenly(作詞:松井五郎/作曲:IKEZO/編曲:増渕 東) |
| 2. 夕風暮情(作詞:松井五郎/作曲:亀井登志夫/編曲:増渕 東) | 8. おびえる果実(作詞:戸沢福美・松井五郎/作曲:広谷順子/編曲:増渕 東) |
| 3. 抱きしめてもらいなさい(作詞:松井五郎/作曲:伊藤銀次/編曲:増渕 東) | 9. ふたりの事(作詞:松井五郎/作曲:上田知華/編曲:増渕 東) |
| 4. 窓辺(作詞:松井五郎/作曲:宮沢和史/編曲:増渕 東) | 10. 恋ノ乱(作詞:松井五郎/作曲:亀井登志夫/編曲:増渕 東) |
| 5. Working Woman【ニュー・ヴァージョン】
(作詞:中村あゆみ・吉田健美/作曲:中村あゆみ/編曲:堀 純)
2015 FM NACK5 キャンペーンソング | 11. Cry(作詞:松井五郎/作曲:松田 真/編曲:増渕 東)
テレビ朝日「お願いいモーニング」1月度エンディングテーマソング |
| 6. 星のささやき(作詞:松井五郎/作曲:尾崎亜美/編曲:増渕 東) | 12. あゆみ(作詞:須藤晃、玉置浩二/作曲:玉置浩二/編曲:トオミヨウ)
BS日テレ「歌謡プレミアム」2月度推薦曲 |

アルバム「Chameleon」購入者応募特典用応募ハガキ封入

※初回限定盤デラックス・エディション or 通常盤1枚購入で応募可能 [応募締切: 2015.3.31当日消印有効]

- Aコース 都内某所で開催の30周年記念30組限定プレミアム・ライブご招待 [当選者30組60名様]
- Bコース 当選者の方の宛名&直筆サイン入り30周年記念スペシャル・ポートレート [当選者30名様]

GET'S
CD
RANKING



TOWER RECORDS MONTHLY HIT CHART

2015.02>>>2015.03

(Produced by TOWER RECORDS 札幌ピヴォ店)

邦楽ランキングTOP10



デビュー8年7ヶ月にして初のオリコン1位を獲得したONE OK ROCKのアルバムがこちらでも1位をゲット。海外レコーディングによる広大なスケール感に注目。

第1位

35xxxv

ONE OK ROCK

第2位 PLANET SEVEN 三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE

第3位 Seven Deadly Sins MAN WITH A MISSION

第4位 WWDD てんば組.inc

第5位 ワールドユース/無名のランナー trash audio

第6位 ARISE AKi

第7位 幸せが溢れたら indigo la End

第8位 あなたが寝てる間に 安藤裕子

第9位 KEEP ON STANDING!! THE TON-UP MOTORS

第10位 ふらわー Softly

洋楽ランキングTOP10



全英チャートでも初登場1位を記録。グラミー賞4冠に輝き、世界的にも大注目を浴びているサム・スミスのアルバムが1位を獲得。

第1位

In the Lonely Hour

Sam Smith

第2位 Computer Controlled Acoustic Instruments pt2 EP Apeah Twin

第3位 2015 Grammy Nominees Various Artists

第4位 Black Messiah D'Angelo And The Vanguard

第5位 Live In Tokyo 08.10.2013 Metallica

第6位 American Beauty/American Psycho Fall Out Boy

第7位 シャドウズ・イン・ザ・ナイト Bob Dylan

第8位 ウォールフラワー Diana Krall

第9位 Uptown Special Mark Ronson

第10位 Live In Osaka 08.11.2013 Metallica

M's GROUP.LTD



マンモス'21月寒店

札幌市豊平区月寒中央通9丁目3-38
TEL:011-853-2234

マンモス'21平岸店

札幌市豊平区平岸6条9丁目3-30
TEL:011-814-0888

マンモス'21菊水店

札幌市白石区菊水6条4丁目2-25
TEL:011-815-3338

SLOT BAR M's

札幌市東区北25条東15丁目15-1
TEL:011-702-8821

炭焼ステーキ BEEF IMPACT

札幌市中央区南3条西4丁目(狸小路内)

【TEL】011-211-8554

【営業時間】

月~土 11:30~22:30

(ラストオーダー22:00)

日・祝 11:30~21:30

(ラストオーダー21:00)

【定休日】不定休

※当店の価格は全て消費税は含まれておりません

ビーフインパクトスタイル

「気取らない、ガッツリステーキ!」

分厚い美味しいステーキを

リーズナブルに、大胆に、

たっぷりお召し上がりください!

これが**ビーフインパクトスタイル**です。

赤肉は**350g以上レア**がうまい!

これぞステーキの醍醐味

札幌市清田区平岡8条1丁目1-10

【TEL】011-887-2777

【営業時間】11:00~23:00

(ラストオーダー22:30)

麵
創
房

TORA
NO
SUKE



Steak Menu

●ビーフインパクトステーキ 1g/7円 リブロース

- 250g... **1,750円**
- 350g... **2,450円**
- 1ポンド 450g... **3,150円**
- 600g... **4,200円**

ここ以上が
オススメ

1ポンド

600g以上は
100gにつき700円UP
2皿にてのご提供になります。

●2ポンド 900g... **6,300円**

●5円ステーキ 1g/5円 肩ロース

- 250g... **1,250円**
- 350g... **1,750円**
- 1ポンド 450g... **2,250円**
- 600g... **3,000円**

ここ以上が
オススメ

1ポンド

600g以上は
100gにつき500円UP
2皿にてのご提供になります。

●2ポンド 900g... **4,500円**

ビーフインパクトの 平日ランチ!! (11:30~14:00)

●ステーキランチ

- ・5円ステーキ200g
- ・ライス
- ・みそ汁
- ・ランチサラダ

※ライスは大(400g)、中(220g)、
小(150g)からお好みで
※ドリンクはプラス100円でセット

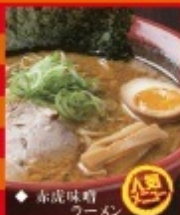
1,000円

●ビーフインパクトカレーランチ

- ・ビーフインパクトカレーライス
- ・みそ汁
- ・ランチサラダ

※ライス大盛無料
※ルー大盛プラス200円
※ドリンクはプラス100円でセット

850円



◆赤虎味噌
ラーメン



◆白虎味噌
ラーメン



◆カレーラーメン



◆チャーハン

ラーメンメニュー

- 赤虎味噌..... 760円(税込820円) カレーラーメン741円(税込800円)
- にんにく赤虎味噌 788円(税込850円) にんにくカレーラーメン 769円(税込830円)
- 白虎味噌..... 741円(税込800円) 特製つけめん 788円(税込840円)
- にんにく白虎味噌 769円(税込830円) 他にもおすすめメニュー多数!

サイドメニュー

- チャーハン... 463円(税込500円) 特製ギョーザ(5個) 325円(税込350円)
- トッピング ねぎ/煮玉子(1個)/のり(4枚)/たまねぎ/もやし/メンマ 各93円(税込100円)
- ワンタン(5個) 139円(税込150円) チャーシュー(4枚) 186円(税込200円)



ランチタイム
だけじゃない!
オールタイムOK!
超おトク!!

こちらの
クーポンご持参で

ライス小 or トッピング1品

ねぎ・煮玉子1個・のり4枚・たまねぎ・もやし・メンマ
よりいずれか1品

サーピス

※ラーメンご注文のお客様に限りです

有効期間:
2015年3月7日(土)~4月6日(月)

G MUSIC REVIEW

もんだいガール



キターーーッ!!キタよきゃりーちゃん!!!
 みんなが知ってるおなじみすぎなきゃりーぱ
 みゅぱみゅの最新曲リリースktrr!!!
 先月レビューった中田ヤスタカプロデュース
 (CAPSULEのニューアルバム「WAVE
 RUNNER」もよろしくね!!)のきゃりーちゃん
 だよ!!!!!!
 もうね初回限定盤の内容が豪華すぎて、1ペ
 ージじゃ全然足らないから、ゲッツの偉い人に
 ミュージックボーイかけあって2ページぶち抜
 きゲットだぜ!!
 気がつけばきゃりーちゃんもシングル10枚目
 なんだねッすげーぞめでたい!!
 シングルなのにインスト含めて7曲入ると
 かこれ超オトクじゃね?ってカンジ!
 しかもどれもこれもテレビでよく聴く曲ばっか
 りやん!!ドラマの主題歌とかCMソングとか!!
 ガチゲーマーが多いゲッツ編集部内では「
 Newニンテンドー3DS」のCMソングの「
 KISEKAE」に食いつきやすかったよ!本
 人も出てて、カワイイよね!
 あのCM!CHINTAIのCM
 も出てるねそういえば!
 でもやっぱミュージック
 ボーイとしては「もんだ
 いガール」をイチオシ!
 …なぜ?ミュージックボ
 ーイ自身がもんだい
 ボーイだからさ!!!
 そんじゃまたねー



M's GROUP.LTD



マンモス'21月寒店

札幌市豊平区月寒中央通9丁目3-38
 TEL:011-853-2234

マンモス'21平岸店

札幌市豊平区平岸6条9丁目3-30
 TEL:011-814-0888

マンモス'21菊水店

札幌市白石区菊水6条4丁目2-25
 TEL:011-815-3338

SLOT BAR M's

札幌市東区北25条東15丁目15-1
 TEL:011-702-8821

きゃりーぱみゅぱみゅ10thシングル

2015.3.18 Release!!



■初回限定盤(CD+DVD)
WPZL-30990/1 ¥2,000+税
ステッカー封入 豪華7inch LPサイズジャケット仕様



■通常盤(CD)
WPCL-12062 ¥1,400+税
ステッカー封入(初回プレス分のみ)

[DISC1] CD

M1.もんだいガール フジテレビ系ドラマ 木曜劇場「問題のあるレストラン」主題歌
M2.KISEKAE 任天堂「Newニンテンドー3DS」CMソング
M3.My Room CHINTAI CMソング
M4.CANDY CANDY-remix-

M5.もんだいガール(Instrumental)
M6.KISEKAE(Instrumental)
M7.My Room(Instrumental)

※収録曲順は変更の可能性もあります。

[DISC2] DVD ※初回限定盤のみ

2014年度に開催されたツアーより、人気楽曲を惜しみなく収録した豪華特典「きゃりーぱみゅぱみゅ 2014 LIVE SELECTION」

M1.PONPONPON from KPP NANDA COLLECTION WORLD TOUR 2014 at Shepherd's Bush Empire in London 2014.4.29
M2.つけまつける from KPP NANDA COLLECTION WORLD TOUR 2014 at Shepherd's Bush Empire in London 2014.4.29
M3.ファッションモンスター from KPP NANDA COLLECTION WORLD TOUR 2014 at Shepherd's Bush Empire in London 2014.4.29
M4.インベーダーインベーダー from KPP NANDA COLLECTION WORLD TOUR 2014 at Shepherd's Bush Empire in London 2014.4.29
M5.み from KPP NANDA COLLECTION LIVE in Hawaii at Waikiki Shell 2014.7.20
M6.にんじやりばんばん from KPP NANDA COLLECTION LIVE in Hawaii at Waikiki Shell 2014.7.20
M7.もったいないとらんど from ビカビカふぁんたじんツアー-きゃりーぱみゅぱみゅのからふるばにつくTOY BOX at Yoyogi National Stadium 2014.11.9
M8.きらきらキラ from ビカビカふぁんたじんツアー-きゃりーぱみゅぱみゅのからふるばにつくTOY BOX at Yoyogi National Stadium 2014.11.9
M9.ファミリーパーティー from ビカビカふぁんたじんツアー-きゃりーぱみゅぱみゅのからふるばにつくTOY BOX at Yoyogi National Stadium 2014.11.9

※収録曲順は変更の可能性もあります。

www.ps-gets.com/sapporo/

ARTIST PICK UP
STREET SNAP
COMIC
STAFF BLOG
WEBクーポン
BACK NUMBER

GET'S Web
Check it out!!



The soliloquy about a diet



若葉の ずぼらダイエット徒然草

トロい・天然・ポジティブ娘の若葉が、ダイエットに関する体験談や豆知識をつれづれに語る不定期コーナーです。

今年の冬はすいぶん暖かいですね。雪まつりに雨が降るなんて見たことなかったです!

こんにちは、若葉です。暖冬も手伝って、もうすぐわたしの名前と同じ「若葉」の季節が来るんだなあとしみじみ…そう、だんだん着ている服を減らしていく季節でもあります。うまく隠せていたかも知れない身体のラインがどんどん白日の下にさらされる…うう、春は待ち遠しいけど、ちょっと怖いですね。

でも春になったら、雪とか氷とかでなかなか怖くて出来なかった「ランニング」ができるようになります!

あれっ、お前運動嫌いですぼらが売りなんじゃなかったっけ?とお思いですよ。はい、運動は苦手ですよ。できればやらずに済ませたいです。

でも「嫌い」というわけでもなかったりして…やっぱりこう、親爽と走り抜ける一陣の風!みたいなシチュエーションは憧れちゃったりするんですよ〜。

ずぼらなりに出来ることからコツコツやり続けて、少しは意識が変わったのかな?と思っちゃったりしております。

さて今回は、そんなわたしの「ずぼらダイエット」の原点に立ち返ってみようかなと。「日常に取り入れることが出来て、かつ長く続けられるダイエット方法」ですね。とって簡単なことでも実践すると大きい!と自分で実感したものをもう一度ご紹介しようと思います。

……………
食べる量を「減らす」のではなく、「増やさない」方法を模索していました。ストレスたまったりするとつい食べ過ぎちゃう!ってことがよくあって、せめてそういう「衝動食い」をどうにか抑制できるような魔法のような方法、ないかな?って。

ずぼらなわたしですが、ずぼらなまま望む生活をしたい欲は人一倍なので、調べる手間は惜しまないのです!

簡単にできて、特別な道具や食品を買わなくてもいい、日常にひとつぶスパイスを加える程度の手間でいけそうな方法…

それは、「よく噛んで食べる」という

方法なのです!「ひとくち当たり30回は噛む」っていう、…えっ、それでいいの?ってくらい拍子抜けな結果だったのですが…

この結果を受けて、当時のわたしは試しに自分の「ひとくち当たりの噛む回数」を数えてみました。…すると自分でびっくり!何と10回も噛んでなかったんです。申し訳程度にちよろちよろ噛んでからごっくと飲み込んでいたんですね。

自分の噛む回数を理解し、じゃあ次のひとくちは30回噛むぞ〜!って意識して噛み続けて…、でもつい何かに意識を向けちゃうと、いつも通りに10回未満の咀嚼になっちゃう、というサイクルを何度も何度も繰り返して、今ではすっかり30回以上の咀嚼が習慣になりました。

噛む回数を増やしたら、食べ物のほんとうの味わいがわかる気がします。ご飯も、何とというか甘みを感じるようになったというか…今までもたいない食べ方してたのかなあって反省したものです。

それでもやっぱり長年染みついた習慣をすぐには直せたりはしませんよね。そこで、30回ぴったり噛むワザも合わせてご紹介します。

食べ物を口に入れて、噛むリズムに合わせて、頭の中で「うさぎとかめ」を歌うんです。もしもし亀よ、亀さんよ〜!ってやつですね。この歌を頭に浮かべながら噛んでたら、歌の1番の終わり(どうしてそんなにのろいのか〜!)でぴったり30回分噛めてるんです!

この方法を見つけた途端、意識して30回噛むよりもすーっと気持ちよくなったんです。オススメ★

…だけどテレビ見ながら食事だったり、音楽聞きながら食事をしてたら、ついついそっちに気を取られちゃいますね…要はたくさん噛むこと、たくさん噛むことを意識することが大事なので、できなくても自己嫌悪に陥らずにコツコツ自分の習慣として身につけていくことが一番ですね。

さて、噛む回数を増やすと食べ過ぎを防ぐその理由もお知らせしなきゃで

すよね。理由もわからずにやみくもにあれをやれこれをやれって言われても、やる気なんて上がりませんもん。

よく噛んで食べると、以下のホルモンの分泌が促進されます。

- ・ヒスタミン(消化を促すホルモン)
- ・セロトニン(満足感を与えるホルモン)
- ・レプチン(食欲を抑えるホルモン)

これらの「やせるホルモン」が分泌され、満腹中枢を刺激するってことなんです。

腹八分目でも十分に満腹感を得られるみたいです。…確かに、よく噛んで食べた食事のとき、普段よりちょっとだけ少なくてもお腹いっぱい感がした気がするなあ。それって決して気のせいなんかじゃなくて、ちゃんと理由があったってことなんです。

また、咀嚼を増やすと、脳ストレスが減少するんだとか。脳ストレスが増えると、脳は炭水化物を過剰に要求するらしいのです…炭水化物が脳の唯一の栄養源だから、だそう。そうかあ、食べ過ぎは脳がストレス感じてたからなんだ…

さあ理由もわかったところで、30回噛みが自分の癖になるまで、騙されたと思って実践してみてください。身につけただけで(徐々にではありますが)常に痩せる方法なので、是非、です。

そしていっぱい噛むためには、「歯の健康」がとーっても重要です!もし、痩せたいって思ってる、虫歯がある人は、是非優先的に治療してくださいね!ダイエットのことがなくても、噛めない=好きな食べ物が食べられないっていう寂しいことになっちゃいますから…食べたいものを食べられないことほど、辛いことはないですもんね。だからもちろん歯磨きは欠かさず!さすがのわたしも、食べることが大好きだから「歯磨きずぼら」だけは避けてますよ〜!

それでは、今回はこの辺で!

皆さんが、健康でステキな身体になれますように…



Sapporo Street Snap

FRUITY♥ SPECIAL



2015
MARCH

Sapporo Street Snap

FRUITY♥SPECIAL

札幌の街やイベントで見つけたお洒落さんを中心に毎月「SapporoFashion」を紹介



Name:おばち
Comment:ポイントは、最近ハマってるLIZ LISAの柄物ハイウエストパンツです!! 可愛い柄のお洋服を綺麗なコーディネートで着ることがマイブームです◎



Name:せいあ
Comment:ほいんとはマリーちゃんの絵柄が入っているディズニーとのコラボのワンピースです!



Name:さい
Comment:ファッションポイントは大阪のアメリカ村で一目惚れした古着のTシャツです、XLサイズであえてぶかぶかに着ました。



Name:りの
Comment:おすすめポイントは、ふわふわラプリー感です。



Name:こりな
Comment:年齢より大人っぽくみられることが多いので、それに合わせて大人っぽく着ることにシンプルにコーディネートしてみました!! 背伸びしたいお年頃なのです

AMUSEMENT CLUB
Early Bird 発寒店
札幌市西区発寒15条4丁目13番1号
[TEL] 011-663-8538 [営業時間] 9:00~23:00 (年中無休)

AMUSEMENT CLUB
Early Bird 藻岩店
札幌市中央区南22条西10丁目4-1
[TEL] 011-530-5383 [営業時間] 9:00~23:00 (年中無休)

※データは撮影時のものです。
 こだわりの色配置や効果的なアイテムの使い方などをチェックしていくコーナーです



Sapporo Street Snap

FRUITY♥SPECIAL

次ページのフルーティーイベント情報を見て、生フルーティーに会いに行こう!!



Name: ほなみ
 Comment: ネイビーと白でまとめて全体的にシックな感じに仕上げました。胸元についてのお花でちょっぴりキュートな感じに大人っぽいイメージにしました!



Name: みさ
 Comment: 全身黒で統一して大人っぽく、ちょっとクールなかんじにしてみました。



Name: りな
 Comment: ポイントの羽織りつきの真っ白いニットと美わデニムにスレーが縫われてたスライムまっかにおんこのアツブリクとか刺繍とかが入ってるところで、たまはま靴下と履かアメリカンがらだった。



Name: くるみ
 Comment: 中のトップスとスカートの色と同じ色のリボンを髪の毛につけました!そこがポイントです!

VEGAS VEGAS

ベガスベガス®

これが私達の企業理念です

日本一のワクワク、ドキドキ
 アミューズメント企業をつくる。

札幌店

栄町店

大谷地店

美しが丘店

狸小路店

発寒店

旭川店

函館吉川店

帯広北店

苫小牧店

北海道から全国へ!

フルーティー定期公演フルーツバスケットvol.55
2014.10.12 In Zepp Sapporo

836人動員!



3月の
主な
イベント

FRUITY OFFICIAL HP <http://fruity-girls.com/>

※詳しい情報はHPにて公開中! 下記の記載以外にモイイベント・ライブ出演予定!



1

ニコリフレ主催 アイドルライブ vol.14

★会場 ニコリフレ (札幌市中央区南3条西2丁目14番地 ニコビル4F) ★料金 前売/1,000円(スパ・サウナ付き) 当日/2,100円(スパ・サウナ付き) ★時間 13:00~15:00(予定)

8

ライブプロミュージックステージ in 小樽

★会場 ウイングベイ小樽 5番街1Fネイチャーチャムバー ★料金 観覧無料 ★時間 10:30~12:00/女性アイドルTIME 13:30~15:00/男性アーティストTIME

12

Culture Media nORBESA presents ライブプロミュージックステージ vol.7

★会場 ノルベサ3F 催事特別会場 ★料金 観覧無料

15

ニコリフレ主催 アイドルライブ vol.15

★会場 ニコリフレ (札幌市中央区南3条西2丁目14番地 ニコビル4F) ★料金 前売/1,000円(スパ・サウナ付き) 当日/2,100円(スパ・サウナ付き) ★時間 13:00~15:00(予定)

18

タワーレコード主催 ライブプロロマンスリー-LIVE

★会場 フリオ札幌 ★料金 観覧無料

21

フルーツバスケットvol.64 ~目指せ!200人!~

★会場 Sound Lab mole (札幌市中央区南3条西2丁目ニコビルB1) ★料金 前売/1,500円 当日/2,000円 ※別途1ドリンク代500円 ※アイドルバスケットvol.11に入場の方500円引き
★時間 OPEN/18:00 START/18:30 主催 ライブプロ 協賛 Yahoo! JAPAN



TVh 毎週土曜日 14:25~
準レギュラーで出演中!

フルーティーのメンバーが
リポーターとして道内を
飛び回ります!

イベント出演オファー受付中!!

応募
方法

TEL 011-252-9922までご連絡か、fruity@livepro.jpにメールしてください。
メールの際は下記項目を明記して送信してください。
・タイトル「イベント出演オファー」
・本文「会社名」「ご住所」「ご連絡」「ご担当者名」

■イベントオファー、ファンレター、質問など様々なお問合せ先

株式会社ライブプロ SMP 札幌モデルプロ

〒060-0061 札幌市中央区南1条西1丁目327-13 プレシ11ビル 2F 事務所/3F 札幌モデルプロ

TEL 011-252-9922 FAX 011-252-9923 HP <http://livepro.jp> mail ticket@livepro.jp

フルーティー

G Horoscopy星占い

2015 3.7 → 2015 4.6

牡羊座

3/21~4/19

家族や友達に親切にしてあげると相手もあなたの思いやりに心を動かされ、逆に思いがけないプレゼントや、気配りをしてもらえそう。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



牡牛座

4/20~5/20

今月はあなたの多才ぶりが発揮されそう。やってみたいと思っていたことがあるなら、思い切って実行してみてください。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



双子座

5/21~6/21

好きな人に素直になれずにギクシヤクシヤしよう。ただ思ったことをストレートに伝えるよりも、深呼吸して言葉を選ぶと吉。

総合★★★ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

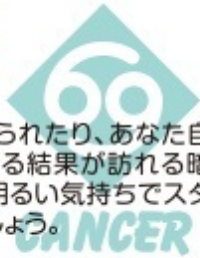


蟹座

6/22~7/22

周りから褒められたり、あなた自身が満足できる結果が訪れる暗示があります。明るい気持ちでスタートを切りましょう。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



獅子座

7/23~8/22

何かと自分勝手に考えてしまいがちな一月。周りの反感を買うこともあるかもしれませんが、言動には十分に気をつけましょう。

総合★★★ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



乙女座

8/23~9/22

あなたの明るさで、ムードメーカーになれるそう。いつも笑顔でいることを心がけて下さい。人当たりの良さが運気をアップさせます。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

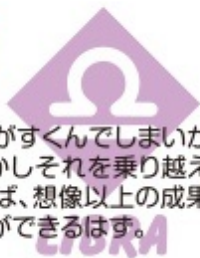


天秤座

9/23~10/23

考えすぎて足がすくんでしまいがちな一月。しかしそれを乗り越える勇気を持てば、想像以上の成果を上げることができるはず。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



蠍座

10/24~11/21

新しい発見や素晴らしいアイデアが浮かぶ暗示があります。注意力を十分に高めて行動することが今月の運気上昇の鍵です。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

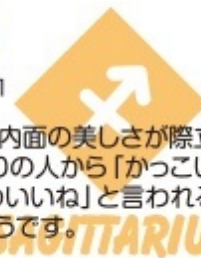


射手座

11/22~12/21

あなたの外面内面の美しさが際立つ月です。周りの人から「かっこいい」とか「かわいいね」と言われる機会がありそうです。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

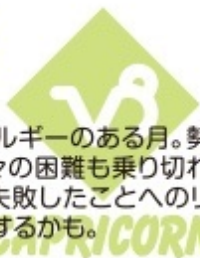


山羊座

12/22~1/19

若々しいエネルギーのある月。勢いがあり、少々の困難も乗り切れそう。過去に失敗したことへのリベンジに成功するかも。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

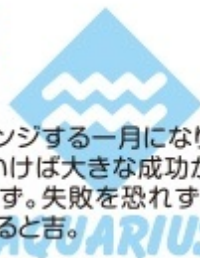


水瓶座

1/20~2/18

何かにチャレンジする一月になりそう。うまくいけば大きな成功が待っているはず。失敗を恐れず、大胆に行動すると吉。

総合★★★★☆ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$

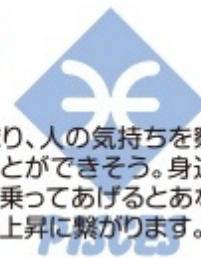


魚座

2/19~3/20

感受性が強まり、人の気持ちを察してあげることができそう。身近な人の相談に乗ってあげるとあなた自身の運気上昇に繋がります。

総合★★★ 仕事★★★★☆
恋愛♥♥♥♥♥ お金\$\$\$\$\$



have a good month!