

9
September

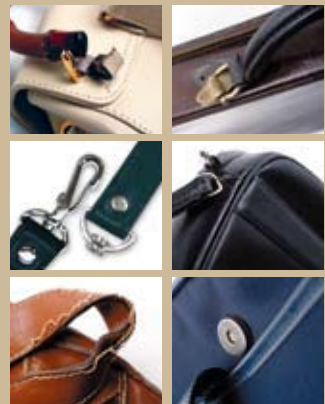
ママの代わりに、ゼッケン だってつけちゃいます！

小学校の運動会や体を動かす催しなど、行楽が気持ちのいいこの時期、各地域でいろいろなイベントやお祭りがあふれています。ミシンがないご家庭が多い今の時代、簡単に取り付けられるワッペンやチームマークなども、ママにとっては大変。そんな時、私たちリフォームショップを是非ご利用ください。お子様の体操服へのゼッケン付け、演劇での衣装作り、ユニフォームへのワッペン付け、制服へのエンブレム付け…などなど何なりとお任せOK! また、個性を発揮したいあなたには、お好きなものをお持ち込みいただければご希望通りにお付けできますので、実用面でもおしゃれ面でもどうぞご利用ください。



10
October

秋口には、バッグの点検を 忘れずに。



外出時に必要不可欠なバッグは、長年使用しているうちに、部分的に壊れたり、破けたり、ほつれたりしてきますよね。取っ手のはずれ、金具の損傷、ベルトが切れたり、縫製の糸のほつれ等、ちょっとした修理を施すだけで、快適に使用する事が可能です。そんな部分的に壊れたバッグをリペアしませんか？秋口には、バッグを総点検。いざという時にあわてないように、しっかりとチェックしておきましょう。ファッションにコーディネートするバッグの点検もお忘れなく！

11
November

オリジナルマフラーで、 心も身体も暖かい。

マフラーは、秋冬のファッションコーディネート必須アクセントアイテム。種類は豊富ですが、自分好みのマフラーには、なかなか出会えません。またプレゼント用にも、手軽なアイテムですが、これもなかなか探すのも大変です。そんな時、オリジナルで作れる、マフラーはいかががでしょうか？6種類の柄と、17色のウールの糸を2色選んで、イニシャルも入るので、自分用にもギフト用にも最適です。ウール100%のハイゲージ素材で、肌触りもよくグレード感もあります。詳しくは、ネットでご覧下さい。



価格 ¥8,925 (税込み) サイズ: 180×20cm
素材: ウール 100%
柄: 6種類 色: 17色

イニシャル・ギフトボックス・メッセージカード (4種) 無料

*詳しくは、10月1日よりホームページで確認いただけます。

<http://www.form-i.co.jp/>

前回の応募 作品掲載

たくさんのご応募ありがとうございました。楽しいリメイク提案の中から「ジーンズからスカート」を掲載。

フォルムアイより
コメント

孫娘がジーンズが大好きで季節ごとに新しいものを購入して来ますが、はいていないジーンズがたくさんあるのがもったいないなあと日頃から気になっていました。そこで孫と2人で思いきって大切なジーンズでリメイクをしてみよう！ということになり、一緒に考えて秋にはけるスカートにリメイクしました。私自身楽しんでやったことなのに、孫から「おばあちゃん、ありがとう!!」って言うてもらえて、とても嬉しくていい経験になりました。なんだかリメイクに目覚めそうです。 東京都練馬区 ゆりかもめ様



ジーンズは丈を短くしたり、タイトスカートにしたり、バッグを作ったり、リメイク材料としては、アイデアの広がる欠かさないアイテムです。今回のリメイクは愛着のジーンズを再利用して流行のリバティプリントをアレンジして今風に復活させたことに加えて、何より素晴らしいのは、おばあさまとお孫さんとの共同作業でのリメイクであることも微笑ましいですね。今後もリメイクを通してお2人の会話を楽しみたいと思います。

創刊以来リメイク提案の募集を続けて参りましたが、都合により、今回以後当分の間休止とさせていただきます。たくさんのご応募本当にありがとうございました。

リフォームのメニューや参考目安価格、全国のお直しショップ情報など、「ファッションリフォーム」に関する情報が満載。ファッションリフォームに関する情報は、このサイトをご覧ください。インターネットでのお見積りや、承りサービスもご用意しておりますので是非ご利用下さい。



携帯からも、全国のお直しショップやお直し情報がご覧いただけます。



携帯サイト

<http://www.form-i.co.jp>

ウォーキング しましょう！

スポーツの秋、行楽の秋。
美容と健康に、手軽に出来る、ウォーキング。
始める前に基本知識を知っておこう！

有酸素運動の中でもウォーキングは最も手軽に出来る、身体への負担・衝撃も少なく安全で、スポーツ全体の中でも最も人気が高く実際にしている人が多い運動です。

ウォーキングの特徴

手軽にいつでもどこでもできる。
特別な技術が不要。
金銭的負担が少ない。
老若男女を問わずにできる。

ウォーキングの効果

心肺機能が高まる。
骨が強化される。
筋力低下の軽減。
血行が改善する。
持久力アップ。
ストレス解消。
脳の活性化が図られる。
ダイエット効果が得られる。
生活習慣病予防に最適。

ウォーキングのポイントと注意点。

服装は、運動しやすいトレーニングウェアがやる気も喚起させ最適。タオルは忘れずに。シューズは、ウォーキングシューズがお勧め。日差しを避けるため帽子も必需品。
ウォーミングアップは、軽く歩いて身体を温めた後、ストレッチ。怪我の防止に必ず行いましょう。

*詳しくは日本ウォーキング協会ホームページ <http://www.walking.or.jp/index.html>



ウォーキングの前には、しっかりと水分補給。運動中でも水分補給を心がけましょう。歩数計があると、消費カロリーの確認やモチベーションの維持にも繋がります。歩く速さは、ウォーキングしながらでもお話ができる程度、分速100m(時速6km)が目安で効果的。歩き方は、腕をしっかり振って早足、歩幅は身長半分の半分が効果を高めます。1週間に1回でもいいですが、なるべく頻度を多くするように心がけ、1回の時間は、20~30分以上。有酸素運動は、20分以上行った方が効率よく脂質をエネルギーとして燃焼させます。時間帯は、食後2~3時間後程度。空腹時は、血糖値が下がっているため、めまい等起こしやすくなっています。食後は、食べ物の消化を妨げますので避けましょう。コースは、信号の少なく交通量の少ないコースを選び、時々コース変更もを行い、マンネリを防ぎます。最初は、平坦コース、慣れてくると、アップダウンのコースにチャレンジしていきましょう。最後にクーリングダウンで、ゆっくり歩き、ストレッチで筋肉をほぐしておきます。

一日一万歩。

厚生労働省では生活習慣病を予防するための身体活動(エネルギー消費を伴う活動)の基準値を定めています。身体活動とは意図的に行う運動はもちろんのこと、通勤・通学や家事などの日常生活での活動も含まれます。私たちは日常生活の歩く平均が4000~6000歩と言われており、意識的に、エレベーターは使わないとか、できるだけ歩く時間帯を作るとして、1週間に7万歩を心がけましょう。

業界初！

ファッションリフォームと雑貨のオーダーショップ 「レパレラ プラス」が今秋誕生。



●2011年9月中旬 OPEN!
三井アウトレットパーク・ジャズドリーム長島店
(三重県桑名市)

ファッションリフォーム業界のバイオニアであるフォルムアイが、業界初となる【ファッションリフォーム】と【雑貨のオーダー】とを融合させたショップを、9月中旬にアウトレット施設の新三井アウトレットパーク・ジャズドリーム長島店に1号店を、11月には同じく三井アウトレットパーク倉敷店にOPENします。個々にフィットさせる「リフォーム」の特性上、多品種ロットに対応してきた縫製技術を駆使し、お好きな生地からお好きなアイテムを気軽にオーダーできるシステムを独自に考案。インテリアやキッチン

グッズなどの雑貨からファッションまで、男女年齢問わず幅広いコーディネートが可能です。ショップ内でお選びいただける生地は、人気が定着している北欧デザインのオリジナル・ファブリックメーカー(国産)の生地を取り扱っており、もちろんそれ以外にもお客様のお好きな生地をお持ち込みいただいてもOK! オーダー価格も、トートバッグ(1890円~)、エプロン(3150円~)、ランチョンマット(840円~) ※いづれも生地代別と、とってもリーズナブル。あなただけのオリジナルコーディネートをレパレラプラスがかなえます。(ご自分でソーイングされる方には、生地やカットクロスの販売もしております。)

レパレラプラスOPEN記念 frp読者にトートバッグプレゼント!

抽選
50名様

レパレラプラス開店を記念して、ご応募いただいた中から抽選で50名様に、ちょっとした外出におしゃれで便利なトートバッグをプレゼントします。どしどしご応募ください!

「レパレラプラス」プレゼント応募要項

応募締切 平成23年11月30日(水) 当日消印有効

応募方法 郵便番号、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号(必須)、本誌で取り上げてほしい特集やご感想(任意)をご記入の上、官製はがきまたは、当社ホームページ(PCのみ)からご応募下さい。

送付先 〒530-0041 大阪市北区天神橋1-11-1 株式会社フォルムアイ「frp」編集室 「frp秋号vol-8プレゼントコーナー」係

当選の発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。

賞品 オリジナルトートバッグ



サイズ: たて20cm よこ34cm 底マチ13cm
*柄・カラーなど選ぶことは出来ません。
*個人情報は、賞品発送・frpの編集企画で使用させていただきます。
*賞品の発送は、平成23年12月上旬頃を予定しています。

表紙モデルが着用しているアイテムも、 レパレラプラスのオリジナルデザイン。 ネットからもご注文いただけます。

今回モデルが着用しているワンピースとベレー帽もレパレラプラスでオーダーいただけるアイテムです。コーディネート次第でオールシーズン対応のワンピースとベレー帽のセット。(単品でのご注文もOKです。)



*ネット限定・詳細はフォルムアイのHPから。



発行店