

WITHコロナ時代の新しいLIFE STYLEを応援

# THE FLOW

Publis Plus

編集・発行:合同会社パブリスプラス 兵庫県西宮市樋之池町2-35-201  
http://publisplus.com office@publisplus.com

## トラブル急増中！ オンライン犯罪から身を守る

仕事や学校、習い事など、あらゆる分野でオンライン化が急速に進んでいます。急激な変化には詐欺や犯罪などの悪しき副産物がつきもの。給付金にまつわる詐欺、政府や大手企業サイトのなりすまし、サポートを装った詐欺など、手口も多様化しています。

最近では、オンライン会議システム「ZOOM」の偽サイトによる被害や、「あなたはこのビデオに出演していると思います、本当に感動しました!!!」とYouTube動画に誘導するメッセージのスパム拡散被害も広がっています。

Withコロナ時代の生活に、必須となりつつあるオンライン。トラブルを回避して安全にSNSやネットを活用するためのヒントをご案内します。



### 偽ZOOM問題

偽のZOOMをダウンロードすると警告が表示され、示された電話番号へ連絡すると不正なサポート料金を請求される。また、フィッシングサイトへ誘導されるケースも。

#### 対策

- ZOOMの招待メールが届いたら、必ず差出人のアドレスを確認する。**※スパムメールは差出人のアドレスが長いなど、アドレスに不審な点が散見されます。**
- 偽ZOOMをダウンロードしてしまったときは、すぐにウイルスチェックを行う。

### 動画スパム拡散問題

FACEBOOKメッセージにスパム動画が送られ、その動画をダウンロードすると、勝手に自分のアカウントから友人にスパム動画が拡散される。

#### 対策

- 不審な動画は開かない、スマホでもタップしない。
  - 動画を開いてしまった場合は以下の対処を。
- ①パスワードを変更する
  - ②FACEBOOKを全ての端末からログアウトする
  - ③友達にスパム動画が送られている形跡があれば、お詫びとともに、送られた動画を開かないように伝え、ここに記載の対処法を教える。
  - ④アンドロイドやPCの場合は、ウイルスチェックを行う。

### Instagram迷惑タグづけ問題

身に覚えのない画像に自分が勝手にタグづけされる。タグをたどるとアダルトサイトなどに誘導されてしまう恐れが。

#### 対策

- Instagramの設定で、タグづけの許可の範囲を「フォローしている人」または「誰にも許可しない」に指定する **※注「誰にも許可しない」に指定した場合、投稿の広がりがごく一部に限定されます**
- タグを外したい投稿のタグオプションからタグづけを削除する

「どうしたらいいのかわからない」「これで大丈夫なのか不安」という人は、モバイルエールの橘先生に一度相談してみましょう。オンラインの安全対策はもちろん、HP制作やSNS活用法など、withコロナ時代のオンライン活用を応援してくれます。

この人に聞きました



モバイルエール  
HP制作・WEB活用  
アドバイザー  
橘明日香先生



<https://mobile-yell.com/>

THE FLOW

# 12名のプロフェッショナル

コロナ時代のライフスタイルを応援する  
THE FLOWの制作にご協力いただいた、先生方をご紹介します。

テーブル  
コーディネート



Stylegreen  
岩井道先生

クッキング



クッキングサロンPecru  
奥田ようこ先生

色彩心理学



みらいラフター  
田中久美子先生

ビューティー  
アドバイス



カラーリングオフィス  
青柳彩子先生

ピラティス  
ヒーリング



美エナジートレーナー  
Shiho Omoto先生

表情筋  
エクササイズ



Ideal  
山村由里先生

カウンセリング



エンパワールーム  
玉川衣寿美先生

雑貨サロン



Most Lovely Things  
三村靖枝先生

ハーバリウム



Jadegreen  
林あけみ先生

ランジェリー



プリレーヴジャパン  
RIEMI先生

ビューティー  
自然療法



ロータスガーデン  
山内貴子先生

WEB&SNS  
アドバイス



モバイルエール  
橘明日香先生



8/12

## 1 おうち時間を彩る 雑貨ディスプレイレッスン

Stylegreen スタイルグリーン

魅せる雑貨ディスプレイの方法がオンラインで気軽に学べる全2回のレッスン。ディスプレイの基礎知識や陳列テクニック、布使いのコツなど、雑貨を使った効果的な空間デコレーションが身につきます。

人の目を惹きつける岩井先生のディスプレイは、自宅を素敵に彩りたい人はもちろん、サロンや店舗経営者、展示会の主催者などにも大人気。いつもの空間が何倍もおしゃれに変身するディスプレイ法を、この機会に身につけてみては？

テーブルコーディネート体験レッスンの受講者は雑貨ディスプレイレッスンが割引になる嬉しい特典も！

■料金：1回4,000円(税別) ■所要時間：1回90分 ■日程：8/12の10:00~11:30 (1回目) ※2回目は参加者と相談の上、決定 ■お支払い：銀行振込 ■申し込み：公式LINEまたはホームページより ■その他：テーブルコーディネート体験レッスン1時間1,500円、テーブルコーディネートはじめてレッスン(オンライン)3回コース



「イメージを形にする技術とディスプレイの基礎知識をわかりやすく理論的にお伝えします。テーマに沿った課題のディスプレイを制作することで実践力も身につきます」岩井道先生

Stylegreen スタイルグリーン  
兵庫県芦屋市朝日ヶ丘町町  
<https://style-green2010.jimdofree.com/>  
✉ [stylegreen@imail.plala.or.jp](mailto:stylegreen@imail.plala.or.jp)  
LINE <https://lin.ee/14EvPZJDo>



Instagram

8/8

オンライン 親子で参加

## 2 夏休み特別企画 【オンライン】親子クッキング クッキングサロンecru (エクリュ)

親子で参加できる夏休みの特別クッキングクラスが登場。ピザ生地作りと野菜たっぷり自家製のトマトソースで自分好みのピザが作れる子供に人気の企画です。

「どんなお花が咲くの?」「どんな実がおいしいの?」など、子供の興味を引き出す恒例のミニ食育講座も大好評。ピザがテーマの今回は栄養たっぷりのトマトのお話です。

楽しく作っておいしく食べる、夏休みの親子レッスン。遠方で教室に来れない方やレッスンに通う時間がないという方も、自宅のキッチンから参加できる奥田先生のオンラインレッスンなら大丈夫。おじいちゃんやおばあちゃんとの参加、兄弟姉妹での参加もOK。

■料金：1,650円(税込) ■所要時間：60分 ■日時：8/8 18:00~19:00 ■お支払い：paypay、クレジットカード・銀行振込 ■申し込み：HP、ブログ、Email ■その他：おうちごはんを健康的においしくワンランクアップするオンライン食育レッスンコース全6回 52,800円(1回8,800円)→36,900円(24%OFF)に! ※初回のみ8,800円を4,400円でお試し受講可能(差額相殺可能)



「子供クッキングの経験は3000人以上! パン講師資格や食育インストラクター、野菜ソムリエの知識を生かした子供にもわかりやすいレッスンを行います」奥田ようこ先生

クッキングサロンecru  
兵庫県宝塚市すみれが丘  
<https://cookingssalon-ecru.localinfo.jp/>  
<http://ameblo.jp/yokospring/>  
✉ [ecru509@gmail.com](mailto:ecru509@gmail.com)



問い合わせ



8/26,9/5

オンライン お試し価格

### 3 眉がきまれば顔がきまる！ オンライン眉メイクレッスン coloRing office カラーリングオフィス

ミスユニバース・ジャパン奈良のビューティー講師としても活躍するカラー戦略アドバイザーの青柳彩子先生が、90分のオンラインレッスンで魅惑の眉メイクを伝授。

自分の骨格に合う眉の描き方を知れば、毎日安定の美眉に仕上がりと、顔全体の印象も格段にアップします。

「毎日、同じ形で描けない」「どんな形がいいかわからない」など、眉のメイクで悩んでいるなら、ぜひこの機会に自分史上最高の眉の作り方をマスターしましょう。

眉だけでなく、自分の顔に合う総合的なメイクテクニックをみっちり学びたい人は、3時間のフルメイクレッスンがおすすめです。

■料金：3,000円（税別） ■所要時間：90分 ■日時：8/26、9/5ともに14:00～15:30 ※レッスン3日前までにEメール、messenger、アメブロから申込み ■用意するもの：アイブロウペンシル、アイブロウパウダー、スクリーンブラシ、髪留め、置き鏡 ■お支払い：paypay、銀行振込 ■その他：「もとから綺麗」に見えるフルメイクレッスン 16,500円/3時間（税込・テキスト込み）



「眉はメイクの中でもお悩み度No.1。自分の顔に合ったナチュラルで立体感のある眉毛の描き方をお教えます。いかにも「書きました！」な眉毛を卒業しましょう」青柳彩子先生

coloRing office カラーリングオフィス  
京都府京田辺市大住ケ丘3-13-12  
<https://ameblo.jp/aosan-yagisan/>  
✉ bluerichcolor@gmail.com



facebook

8/18

オンライン 人数限定

### 4 人生最後に言いたい言葉を 叶えるワーク みらいラフター

「ありがとう、いい人生だった」「思い残すことは何一つない」と言って人生の幕を引ける人は、自分らしく生きられた人に違いありません。

でも、本当の自分らしさや資質、性格を自覚するのは意外に困難。小さい頃からの思い込みや周囲の環境などが邪魔して、本当の自分が見えなくなっている人は多いのです。

そんな人は、色彩心理学のスペシャリスト、田中久美子先生のワークでバイアスを取り除き、本当の自分自身を見つけましょう！

カラー性格診断で本来の性格を知ると、目の前を覆っていたモヤがさっと晴れます。さあ、人生最後のあの一言をいうために必要な色はいったいなに色？

■料金：3,500円(税込) ■所要時間：60分 ■用意するもの：筆記用具 ■日程：8/18の10:30～11:30、開催日の4日前までに要申込み ■お支払い：銀行振込 ■その他：人生100年時代を生きる女性のためのカラー成功セミナー（5,500円/90分）、カラータイプアドバイザー講座（25,300円/4時間 ※教材費・認定書込み）



「『今までの人生なんだったの？』とならない為に、今できることを色から知る方法があります。自分らしい人生を生きるための『色』を探しに来ませんか？」田中久美子先生

みらいラフター  
神戸市中央区雲井通5-3-1  
<https://mirai-laughter.com/>  
✉ info@mirai-laughter.com



YouTube



8/2,9/5

オンライン 人数限定 お試し価格

## 5 【表情筋+@】 美容と健康のコラボセミナー Ideal アイディアル

ハリとツヤのある美肌、引き締まったフェイスラインを目指す山村由里先生の表情筋エクササイズ。顔の筋肉を鍛えて血行・肌ツヤ・フェイスラインをUPしてくれます。

2つのレッスンが1つ分のお得な料金で受講できる表情筋+美トレのコラボレッスンのほか、気軽な体験レッスンもおすすめ。今なら、体験レッスン予約時に「THE FLOWを見た」といえば1,000円OFFで受講できます！

効果をしっかりと感じたい人は、コースでの受講がおすすめ。目元・口元など、気になる部分を1つ選んで集中ケアする単品コース、2か所を選べる2パーツセットコース、全パーツをケアするフルフェイスコースから、自分に合うレッスンを選びましょう。

■料金：表情筋+美トレ3,000円、体験レッスン3,000円→2,000円（特別価格）※すべて税込 ■所要時間：コラボ80分、体験40分 ■日程：+美トレ8/2、9/4 ■お支払い：銀行振込、paypay ■その他：表情筋単品コース3,500円（40分）、2パーツセット6,000円（60分）、フルフェイスコース16,800円（150分）



「お顔だけでなくからだ全体の血流をアップする表情筋レッスンで、美と健康のお手伝いをいたします。レッスンの詳細や開催日はホームページをご覧ください」山村由里先生

ideal アイディアル  
兵庫県神戸市中央区  
<http://www.ideal-yuri.com/>  
☎ 080-3134-9568  
✉ [info@ideal-yuri.com](mailto:info@ideal-yuri.com)



ホームページ

8/2,21,9/5

オンライン 人数限定

## 6 心もからだも自然にキレイに 美トレコラボ レッスン 美エナジートレーナー Shiho Omoto

シドニーで大人気のカリスマパーソナルトレーナー、Shiho先生がプロデュースするバラエティ豊かなコラボレッスン。

ピラティスをベースにした頑張りすぎない“ゆるピラ”と、心をゆったりと解放するエネルギーヒーリングを組み合わせたオリジナルメソッドの“美トレ”は、なんとリピーター8割越え。その大人気的美トレと、表情筋や数秘術、気質診断などのユニークなレッスンが同時に体験できる各種コラボレッスンは、お得感も満足度も抜群です！

毎月、いろんなコラボレッスンが企画開催されており、きっと自分の興味のあるものが必ず見つかるはず。海外でも人気のShihoさんのレッスンは、あっという間に満席になるので、お問い合わせ・お申し込みはお早めに！

■料金：3,000円～（税込）※コラボにより、料金が異なる  
■所要時間：90分 ■日時：美トレ+表情筋 8/2、9/4の14:00～、+気質診断 8/21の12:00～ ※MessengerかEメールで予約 ■お支払い：銀行振込 ■詳細は  
<https://www.facebook.com/shiho.omoto.5/events>



「心とからだは繋がっています。ゆるピラとエネルギーヒーリングで心身ともに美しく健康に！ 7/1発売のフォトエッセイ『美エナジー』もぜひ参考にしてくださいね」Shiho先生

美エナジートレーナー Shiho Omoto  
Mosman, NSW Australia  
[shiho321@bigpond.net.au](mailto:shiho321@bigpond.net.au)  
<https://shiho321.wixsite.com/bitore>



facebook



8/31まで

コロナ支援価格

## 7 アフターコロナ応援キャンペーン ACS個性診断付きカウンセリング エンパシールーム

コロナで日常が大きく変わり、自分の心も揺らいでいませんか？ そんな時はまずACS個性診断で「今の自分を知る」ことから始めてみましょう。

自分自身の考え方や物の捉え方の傾向を120の質問から導き出すACS個性診断は、人間関係や親子関係に悩む女性にぜひおすすめ。自分の心の癖がわかれば、悩みの解決の糸口も自然と明らかになってきます。大きな変化があるときは心も不安定になりがちです。ひとりで悩まずにNLP心理学のスペシャリストの玉川衣寿美先生に相談してみてもいい？

8月31日まではアフターコロナ応援キャンペーンで、ACS個性診断付きカウンセリングがなんと半額！この機会をお見逃しなく。

■料金：5,000円（税込）※通常は10,000円 ■所要時間：1時間 ■キャンペーン期間：～8/31 ※ホームページまたは電話で予約 ■お支払い：銀行振込 ■申込条件：ACS個性診断が初めてで、事前にエンパシールームのLINEに登録していただける方



「親子関係、人間関係の問題は、まずは自分を受け入れることから。自分は何を大切にしているのか、変化をどう受け止めるのかなどを、一緒に紐解きましょう」玉川衣寿美先生

エンパシールーム  
兵庫県西宮市松籟荘8-4 ラビーヌII101号  
☎0798-20-8153  
✉ tamagawa@lit-rabi.com



ホームページ

夏季限定

コロナ対策商品

## 8 この夏必須！熱中症対策 ハンズフリーファン

Most Lovely Things モスラブ

日本の8月はうだるような暑さ。ただでさえ暑いのに外出にマスクが必須となる今年は、例年以上に不快指数がアップしそうです。

この夏、手放せなくなりそうなのがハンズフリーファン。顔のすぐ近くでファンが新鮮な風を送り込み、マスクで蒸れた顔をクールダウン。熱中症対策はもちろん、大人女性を悩ますホットフラッシュ対策にもぴったりです。

さらには、真夏の庭仕事やお料理などの家事の際にも、両手が自由に使えるハンズフリーファンが大活躍。

暑さ対策とウィルス対策が同時に必要になる今年の夏、ハンズフリーファンが品薄になるのも時間の問題。ご希望者はなるべく早くにモスラブにご予約を！

■料金：3,000円～(税別) ※予約優先 ■特徴：軽量型 180g首かけ扇風機。3段階風量調節、USB充電 ■受け渡し：サロンでのお渡し(推奨) ※郵送を希望の場合はMLTまで相談を ■お支払い：現金、paypay、銀行振込



「今年の夏はWithマスクでのりきらないといけません。感染予防と合わせて、熱中症対策も考えないと！少しでも快適に過ごすために私もこのファンが手放せません」三村靖枝先生

Most Lovely Things  
兵庫県西宮市久出ヶ谷町10-40  
☎ 0798-56-7455  
✉ most.lovely.things@gmail.com



Instagram



先着6名

お試し価格 人数限定

## 9 おうちでハンドメイドを楽しもう！ Summer Herbariumキット

Jadegreen ジェイドグリーン

じめじめとした梅雨が明けたらいよいよ夏の到来！暑い夏にぴったりの清涼感あふれるハーバリウムキットが、苦楽園のボタニカル雑貨サロンのJadegreenから登場しました。

海をイメージした透明感のあるハーバリウムは見るだけで涼しげな気分。不快な夏の暑さをずっと和らげてくれます。

ハーバリウム制作に必要な材料がすべてキットに入っているので、初めての人でもとても簡単。子供と一緒に親子でハーバリウム作りを楽しむのもおすすめです。

夏に一服の清涼感を与えるSummer Herbariumキット。先着6名までの数量限定なので、興味のある人はぜひお早め。

■料金：1,500円（税込）※先着6名 ■商品内容：プリザーブドフラワー花材、クラッシュガラスブロック、ハーバリウム用オイル、ハーバリウム用ボトル1本（円錐形17cm）、ハーバリウム用シール（魚 おまかせ）、ロングピンセット ■受け渡し：郵送(送料500円)またはサロンでお渡し ■お支払い：現金、paypay、銀行振り込み



「簡単に作成できて、夏のインテリアとしてもぴったりの清涼感あふれる夏用のキットです。お仕事や家事の合間にふと目に入るだけで、気分がリフレッシュしますよ」林あけみ先生

Jadegreen ジェイドグリーン  
兵庫県西宮市樋之池町2-35  
☎ 090-3292-4740  
✉ jagegreen.ah@gmail.com



Instagram

FREE  
10

FREE

## コロナ太りは無視しちゃダメ！ RIEMIのriesureフィッティング プリレーヴ・ジャパン

コロナ太りを無視して、窮屈になった下着に贅肉を押し込んでいませんか？ サイズの合わない下着は垂れ胸、垂れ尻の原因になりかねません。RIEMI先生の無料フィッティングで、自分のサイズを再チェックして、ジャストフィットの下着を見つけましょう！

ブラ美活研究家のRIEMI先生のオリジナルブランドのriesureは、無理にからだを締め付けずに、生地面でやさしくボディラインを整えてくれる優れもの！窮屈感が苦手な人も無理なくボディラインが整えられます。

贅肉問題に悩む女性は、無料フィッティングでRIEMI先生のスゴ技をぜひ体験してみましょう。1対1の対面フィッティングは宝塚駅そばのサロンで。

■料金：フィッティング無料 ■所要時間：1~2時間 ■日時：ホームページ、Eメールから希望の日時をお知らせ ■その他：リエジャー新着感ノンワイヤーブラ5,700円（税別）、綿混レーシーカップ付カットソー5,800円



「美しいボディラインを作るには、下着の力を借りてあるべき場所にお肉を戻してあげます。まずは自分の正しいサイズを知って、からだに合った下着を見つけましょう」RIEMI先生

株式会社プリレーヴジャパン  
兵庫県宝塚市栄町2-10-14 宝塚新興産ビル4F  
https://pririve.com/  
☎ 0797-85-3477  
✉ info@pririve.com



ホームページ

注目の品

11

お試し価格 人数限定

## 光の力で安全に抗菌・抗ウイルス ナノソルCC【感染症対策】

Lotus Garden ロータスガーデン

古代インドから伝わる自然療法のアーユルヴェーダの専門家であるLotus Gardenの山内貴子先生が推奨。光の力でウイルスや菌、アレルギーに立ち向かう究極の自然派プロダクトがナノソルCCです。

光触媒からできた商品だから副作用や健康への心配は必要なし。壁や床、カーテンなどにシュッとひと噴きするだけで、空間にたまりやすさをたちまち軽減し、クリアな状態を長時間持続します。

自然にこだわり、余計な化学物質を排除したナノソルCC。除菌・抗ウイルス薬の健康リスクが懸念される今、ますます自然の力が注目を浴びそうです。

■料金：レフィル3,000円(300ml・税別)、専用容器200mlスプレーヤー600円(税別) ■受け渡し：郵送(送料別途) またはサロンでお渡し ■お支払い：現金、銀行振り込み ■光触媒をお部屋にコーティングするanozone施工も可能(床平米3,000円～)

Lotus Garden ロータスガーデン  
兵庫県西宮市門戸東町2番  
<https://lotus-garden.net/>  
✉ [lotusgarden.t@gmail.com](mailto:lotusgarden.t@gmail.com)



ホームページ



「アーユルヴェーダは、心と身体のデトックス、老廃物の除去など、引き算の美学です。ナノソルCCも余計な化学物質を排除した自然の商品。ぜひお試しください」山内貴子先生

## THE FLOW

EDITED &amp; PUBLISHED BY パブリスプラス

「THE FLOW」は、新型コロナ対策グッズやwithコロナ生活支援を行う、事業家・講師・クリエイターの新サービスを応援しています。

暮らしに役立つ新サービス・新商品をお持ちの事業主様は、FACEBOOKグループ「THE FLOW★おうち時間を応援する新オンラインサービスや新商品の情報を教えてね」に情報をお寄せください。

WEB版はこちら！



編集・発行

合同会社パブリスプラス  
兵庫県西宮市樋之池町2-35-201  
<http://publisplus.com>  
[office@publisplus.com](mailto:office@publisplus.com)

掲載情報は予告なく変更・停止される場合がございます。各イベント・サービスのお問い合わせは、掲載先の店舗・企業に直接お問い合わせください。また、このニュースレターに掲載されているサービス・商品に関しまして、発行者・掲載先のサービス提供とも、何らかの効果や結果を保証するものではありません。あらかじめご了承ください。