

めくるたび新たなさなに出会う

SANATHING

サナシング

AUGUST 2026

~ JULY 2027

30

¥370



“30THINGS I LOVE”

30代突入記念創刊号

さあ、心が動く方へ。

さっぽろで、
わたしのキルクをつくろう！

SAPPORO

旅する時間は、好きなことの宝箱。



さっぽろ
テレビ塔

大通公園から
徒歩すぐ！

おすすめ

札幌満喫モデルコース

2泊3日

おとな一人あたり ¥39,800~

- ☒ 往復航空券付き
- ☒ ホテル2泊(朝食付き)
- ☒ グルメ&観光ガイドBOOK付

今なら早期予約でおトク！



#レトロかわいい



#海の幸を満喫



#大通公園おさんぽ

札幌って、
こんなに近くて、
こんなに楽しい。



グルメ

海鮮、ラーメン、スイーツまで
おいしいが止まらない！



観光

時計台にテレビ塔、
フォトジェニックな街並み。



ショッピング

ここだけのアイテムや
限定スイーツも充実♪

あなたの
“好き”がきっと
見つかる旅へ。❤

旅行のご予約・お問い合わせは

37DK

検索

TEL.1311-37-3031

※料金は2024年5月期在のものです。※写真はすべてイメージです。

SANATHING



♥ 30 THINGS I LOVE ♥

30 THINGS I LOVE

8月6日に30歳の誕生日を迎えたさなの
好きなものや好きなことを30個まとめてみました



7. 塩パン

大好きすぎてこの前初めて作りました！
意外と美味しくできて満足
パン屋さんに行っても買うのは塩パンばかり。
これも全部塩パンです笑



8. トマト

幼稚園の頃からずっと
好きな食べ物ランキング1位です。

9. バドミントン

小学生の頃母が入っていたPTAのバドミントン部に
ついてってなんとなく始めたバドミントン。
中1の時母に止められながら入ると決めたバドミントン部。
友達が軽音部だったこともあり、1ヶ月も経たずに
軽音部に入りたいと言い出したさな。
自分で決めたんだから最後まで続けないと母に一蹴され、
結局高校3年生まで続けましたとさ。
本当はまたちょっとやりたかったりする。



10. サッカー

推しの影響でハマり始めたので
まだ詳しくありません！
とりあえず時間ある時にラリーグとプレミアリーグを見るつもり

11. イギリス



小学生時代なぜかイギリスが大好きで
行く予定もないのにガイドブックを
2冊くらい買って、行きたいところを
真剣に考えていました笑
当時はイギリスに留学する気で
いたはずなのに英語が苦手すぎて
秒で諦めました。

1. 字を書くこと

2. 絵を描くこと



3. つくること

とにかく自分のイメージしたものやいいなと
思ったものを形にするのが好き
TikTokやYouTubeのおすすめが
作り方動画で埋まることもしばしば

4. 編み物



5. 空想

現実的なことから非現実的なことまで
いろんなことが頭を駆け巡ってる
何かを作る時は大体空想から始まってるのがする！

6. 占い

信じているというよりは
モチベーション上げるために見ている感覚
なぜなら内容はすぐ忘れちゃうから！笑

15. 洋服



洋服は大好きすぎてよく買うのですが、去年から今年にかけての断捨離と調達する服の季節感をミスったせいで夏服が全然ありません、、、春秋服はいっぱいあるのになあ

12. 歩くこと

歩くの大好き！
1時間以内なり余裕！
季節によっては3時間歩けます👏

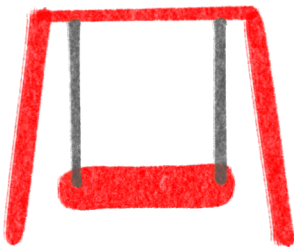
13. 空を見る

昼夜問わず空を見るのが好き！
特に朝日と夕やけと星空が好き！



16. 赤い公園

高校時代大好きだったバンド。今はもう解散してしまったけど曲はたびたび聴いてます！他にもセカオワさんとか緑黄色社会さんとか好きなアーティストさんはたくさんいるけど高校時代1人でライブハウスに観に行ってたくらい当時のガチ推しバンドでした！



17. ブランコ

小学生時代、絶叫は苦手だけど乗りたい気持ちはあったので公園のブランコに目を瞑って乗って想像で楽しんでいました笑

14. サングラス・メガネ



18. 推し

さんちゅうなり漏れなく知っていると思いますが、私は推しに支えられています笑
推し活してる時の自分が一番イキイキしてると思う笑
今回来ている服も基本全部推しのTシャツです！笑
(夏服を捨てすぎたせいでもある)

19. 頭の回転が早い 人間力がある人

推し活をして判明した好みです笑
頭の回転が早かったり、ふとした言葉のセンスが良かったりあ、センスがいい人も追加で。ファッションセンスとか自分はそこまでないけど、おしゃれな人は大好きです。あとは人間力ですね。これも一種の頭の良さだと思ってます。

20. 面長

こちら推し活の成果ですね～
自分が顎がないことがコンプレックスだったりするので、顎がシュッとしている横顔のEラインが綺麗な人が大好きです。
ちなみに人を好きになる時は、見た目から入って人間性が前述のとおりであれば、おそらく私のタイプです(聞いてない)



23. 配信

配信者になりたいわけではない、と
常々申しておりますが、
配信が嫌いというわけではありません笑
私の中では生業というより、
LINE みたいな、チャットみたいな
さんちゅと楽しくお話しするもの、と
思ってるので、仕事というより
プライベートです(?)



24. YouTube

見るのも撮るのも編集も大好き！
好きじゃないとこんだけ続けられませんか笑
でも正直 YouTube を音楽以外の目的で見るようになったのは
社会人になってから。大学生くらいまではなんとなく
流行りに乗るのを避けるタイプでした笑

25. 雑誌

洋服が大好きなので
特にファッション誌を見るのが好き
社会人になったあたりからは
FUDGE のような海外寄りの
ものをよく見えます。

27. 香り

元々匂いに敏感で、体調によっては
気分が悪くなることも。だからこそ、
どんな時でも落ち着ける香りを
地味にずっと探してます。今の No.1 は
自分が使ってる柔軟剤の香り！

ASAI SANA

麻井 彩風

SANATHING 創刊号の初回ということで、今回はページ数多めに作成しました！
思っていたより文字だらけになってしまったのは想定外でしたが、、、
楽しんでいただけたでしょうか？

回を追うごとにページ数が増えていって、1年後には SANATHING vol.30 が
完成する形になっています！

好評だったら vol.31 以降も続く可能性があるので、
ぜひ感想などなども教えてください！

ここまで観てくれたさんちゅに特典も用意したので
QR コードをと見込んでみてね～ ではまた次回！

ASAI SANA



21. ラジオ

小学生の頃から好きで当時は
同世代の中ではかなりヘビーリスナーだったのでは
と思うくらい1日中ラジオを聴いてました。
無音が苦手な寂しがりやには重宝します笑

22. 歌うこと

歌は小さい頃から大好きすぎて
本当に四六時中歌ってます。
歌わなくなった時は元気がない時なので
たぶんものすごくわかりやすいと思います笑

28. 寝ること



29. めいぐるみ

ないと寝られないわけじゃないけどせっかく我が家に来た
めいぐるみを埃まみれにするのは忍びなくて、一緒に寝てます笑
基本的には分厚い掛け布団か、抱き枕か、とにかく
抱えられるものがあれば睡眠には問題ないです！
向いぐるみはゆるっとした雰囲気のものが好きです。

30. ライオン

自分が獅子座であること、
子どもの頃好きだった絵本に
ライオンが出てくると、
物語に出てくるライオンから
連想されるイメージの強さと優しさ
みたいなのが好きで
好きな動物を聞かれたら
ライオンと答えます。

