

2016年今年こそ本気!!

# なりたいたい自分になる 美の決意

P.13まで続く

2016年が始まりました。今年の抱負は?なんて会話を家族や友人とした方も少なくないのでは。美容に関しても、なりたいたい自分に近づけるよう、目標を立てて実行してみましょう!コソコソがんばれば結果はあらわれるはず!三日坊主になりがちな方は、プロの手を借りてモチベーションアップしてみては。みなさんはどんな“美の目標”を立てますか?

## 読者に2016年の“美”の目標を聞きました

歳を重ねて若々しく、しわも美しさの一部と思われたい。(60代 Kさん)

40歳を迎える私の美の目標は年齢相応の美しさの追求です。これまでの人生経験が内面を豊かに、落ち着きのある美へと成長したいと思います。(30代 Mさん)

もっと美白になって美白の女王になりたいです。(20代 Mさん)

リンパマッサージで顔のしわを取り、血行を良くしたいです。同様に、首・ワキ・ウデ・足もマッサージして、流れを良くしたいと思っています。(60代 Nさん)

毎朝のラジオ体操とストレッチを復活させお洒落してウォーキングがてら毎日お出かけしたいと思います。(50代 Nさん)

歳と共にカサカサになるスピードはSTOP!Baby肌にしていきたい。マッサージは忘れずに毎日の日課にしていきたいと思っています。(30代 Fさん)

お顔の手入れはもちろんのことデコルテやひざ、ひじ、かかとなどのパーツ部分のお手入れをぬかりなくしたいです!!(30代 Kさん)

アラフォーになるので今まで以上に美に気を配らなくてはと思っています。先端の美にこだわりたいです(かかと、指、まつげetc.)(30代 Kさん)

どんどん代謝が悪くなる一方で食べる事はやめられないので、毎日適度な運動を心がけていきたいです。(40代 Sさん)

### 編集部より

しわやしみを一網打尽にしたい!昔耳にした「今がんばれば10年後、20年後に結果は必ずあらわれますよ」という美容家の方の言葉を信じて、日夜せっせと美容クリームを塗ってがんばっています。寄る年波にはなかなか勝てませんが、その波を少しでも遅らせるために、毎日の努力は欠かせません。美意識の高い読者のみなさんの目標を読んで、私も「全身保湿!」を今年の目標に付け加えました!みなさんも2016年の終わりに潤った自分があることを想像して、美活を实践してみませんか。(2児のママ・編集部のみり)

## お腹・脚...いらぬ脂肪は年末年始に高濃度な体験コースで全身の大掃除を

気になるパーツだけをスッキリさせたい!全身の体重を大幅に落としたい、など目的に応じて、より健康的にダイエットできるのが魅力で、年齢や体質に関わらない結果は口コミでも話題。インドエステと呼ばれる技術の元祖でもある同店は、インド医学に基づく体質別オールハンドで

脂肪をしっかりと潰し、リバウンドしにくい体質に改善し、定着。また、親しみやすい雰囲気と誠実な対応はエステ未経験の方から熟練の方まで、楽しみながら通えるという好評。まずは技術内容の濃さと1回の結果がスゴイと話題の各体験コースで

特典  
「シティライフを見た」で  
①全身120分フルコース【今月号限り、先着10名限定】(パーツ集中キャビテーション付).....10,800円  
②上半身or下半身スリム+小顔フェイシャル130分コース(年末年始特別セットクーポン).....10,800円  
③【お腹or脚】パーツ集中60分コース.....10,800円→5,400円  
(1月末まで・要予約・新規の方のみ)



**Kabul 三宮店**(カブール)  
神戸市中央区琴ノ緒町5-4-23  
サンデンビル2F  
営/10時~20時(受付19時)  
日・月定休  
※女性専用、完全予約制  
☎0120-62-8780  
http://www.kabul-sanonmiya.com



### 加齢による体重増加が気になる人に

## 全身スリム成功のポイントは「お腹のお手入れ」です!

痩身実績30年以上を超えるカブールは、お腹痩せが得意です。強めの手技で、身体の体温調節なども行う全身の中心パーツであるお腹の脂肪最深部にまでアプローチし免疫カ・代謝をUPさせることで頭~足先まで、トータルバランスに優れた美しい体型を実現します。産後の体型崩れやぼっこりお腹が気になる方は冬の間にしっかりリセットしましょう。



店長 奥村さん



パンパンに張った「お腹」の脂肪を、指が入り込むほど柔らかくなるまでマッサージ。



2人3脚ダイエットの開始!個室サウナにて行う大量発汗アトクスマッサージです。まずは痩せやすい身体への準備を。



キープ力にも定評!力強いマッサージで骨盤周りの脂肪細胞をつぶし、すっきりとしたウエストラインを作る。



スタッフ2人が強さとリズムをぴったり合わせて、むくみと共に走着した脂肪や老廃物を絞り出し、理想的な美脚へ。

症例多数・全国28院診療中・カウンセリング無料

## 若返り、美肌なら品川スキンクリニックへ



**神戸院長 足立 安章 医師**  
丁寧なカウンセリングを行い、患者様に合った“オーダーメイド”な治療を心掛けています。是非一度ご相談にお越しください。

シワ 小顔 たるみ シミ 毛穴 痩身

**シワ**  
眉間のプチシワ取り ほうれい線のプチシワ取り  
**プチシワ取り**  
表情筋や加齢によってできたお顔のシワを、薬剤を注入することによって改善します  
【ボツリナス・トキシン注入】初回 各1ヶ所 眉間/目尻(両側)  
【ヒアルロン酸注入】ほうれい線(片側)/口角(片側)  
こちらも人気です!  
●プチ小顔【ボツリナス・トキシン注入】エラ(片側) 初回 500円

**小顔** 簡単注射のみ!  
**1日脂肪取り® 顔やせ**  
たるみが気になる箇所、植物由来の成分を配合した薬剤を注入し脂肪の分解を促進します  
(スタンダード) 1部位/1ヶ所 初回 1,000円

**たるみ** 肌を引き締め若返り!  
**ボラリス 引き締めレーザー**  
ホホのみ 初回 920円 ※写真はハイパーボラリス  
**シミ・毛穴** レーザートーンリング  
開いた毛穴やシミ・肝斑に  
ホホのみ 初回 2,800円

**眉間のプチシワ取り** ほうれい線のプチシワ取り  
**プチシワ取り**  
表情筋や加齢によってできたお顔のシワを、薬剤を注入することによって改善します  
【ボツリナス・トキシン注入】初回 各1ヶ所 眉間/目尻(両側)  
【ヒアルロン酸注入】ほうれい線(片側)/口角(片側)  
こちらも人気です!  
●プチ小顔【ボツリナス・トキシン注入】エラ(片側) 初回 500円

**痩身** 注射で部分やせ!  
**1日脂肪取り® スリム・プログラム**  
二の腕/背中(ブラ上/ブラ下/肩甲骨横)/腹部(上/下)/お尻(上/下)  
各1ccあたり 2,940円  
※その他全身の各部位行っております

**二重** プチ二重(保証2年) 完全埋没法の二重術  
BMC会員 1点留め片目 4,850円  
**その他** プラセンタ注射 1回 920円  
医療レーザー脱毛 両ワキ 1回 2,770円  
美肌エイジングケア治療(スタンダード) 顔全体 初回 4,170円

## 品川スキンクリニック 美容皮膚科・美容外科

神戸院 神戸市中央区三宮町1-2-1 三神ビル5F 診療時間 10:00~19:00

**0120-704-900**

お電話の際は「シティライフを見た」とお伝えください

札幌/品川/新宿/新宿アイランドタワー/渋谷駅前/表参道/銀座/池袋/上野/立川/【1530open】横浜/川崎/大宮/千葉/宇都宮/新潟/名古屋/京都/心斎橋/梅田/梅田駅前/神戸/岡山/広島/福岡/熊本/鹿児島/沖縄 ♥特典多数!BMC(ビューティーメンバークラブ)会員募集中♥

◆土日・祝日も診療 ◆無料カウンセリング ◆各種クレジットカード取扱 ◆予約制  
最新情報はコチラから▶品川スキンクリニック 検索  
http://shinagawa-skin.com

LINE@ スキンクリニック @ssc\_skin  
お得な情報や最新情報など配信!  
メール相談・カウンセリング予約もホームページから受付中  
※左記メニューは品川美容外科・美容皮膚科でもお受けいただけます

●治療・保障の詳細や、初回価格表記のある2回目以降の価格は、ホームページまたはお電話にてご確認ください ●表示価格は予告なく変更となる場合があります ●効果には個人差があります ●掲載治療以外にも様々な治療がございます ●当院は自由診療のため公的保険は適用されません

掲載価格は税別の価格です