

「ダメ」なところを自覚した人こそ  
美しくなるチャンス

# 「老い知らずをつくる」美サロンの

「このままではダメだ。なんとかしないと」と、自分の今の現状を自覚した人ほど美しくなるための意識が高くなり、キレイな自分になるチャンス！  
少しでも若く、美しくいたいと願う女性の味方になってくれるサロンを実際に通うゲストの口コミ付きでご紹介。  
今のあなたに必要な美サロンを見つけてみてください。

P.14まで続く

**子育て中の同い年のS**  
無理なく続けられる方法をやってみたら？  
続けな意味ないで。  
マジ決意がゆるくて呆れるわ。

**入浴後の腰筋&背筋**  
食べた分、回数を加算していくシステム。

**おやつの内容を変更**  
罪悪感を感じないフルーツ、ヨーグルト&グラノーラに!

**ラン中後のウォーキング**  
※前回掲載分より

**そもそもな、続かへんかっためん**  
一週間もったかどうか？  
結局ビールも毎日のように飲んでたしな！やっぱ夏場はプハッってしたいやん

**そうやんな！**  
この間まで履けてた細身のパンツが太もものところで引っかかって履けなくなった時はさすがにシヨクやっただもん

**あー、もう！**  
ジタバタ

**がんばるわ！**  
でも何から始めよう。やっぱり食事と運動かな。

毎日のビール、これはアカンなやめよう。

「ながら運動」で、三日坊主にならない運動から始めてみようかな。

柑橘系のアロマはタイエッセの味方。なかでもグレープフルーツは血液やリンパの流れを促進し、余分な水分や老廃物を排出してくれるので、むくみや肥満、セルライトの予防や改善にいいと言われている。

※高濃度で使用すると、皮膚に刺激があります。マッサージオイルとして使う場合は精油をキャリアオイルで1%以下の濃度にしなすよう。

※光毒性があるので、肌への使用後は日光や紫外線に当たらないようにしなすよう。

**美活絵日記**  
編集スタッフよしみんの

食欲の秋がやってきた！スポーツの秋もやってきた！  
食べて運動して、食べて運動して  
結局プラマイゼロ？

みなぎるような食欲には、アロマのチカラを借りるわ！  
食欲抑制や脂肪燃焼に効果があるといわれる嬉しい香りがあるんよ。香りも嗅ぐだけならなおさら続けられるハズ

私、実はアロマセラピーアドバイザーの資格持ってるわん。忘れてたわけちゃうで。

編集部 よしみん  
アラサーお局編集部員。美に対するお財布の紐はゆるく、美意識は高くせに、相反した暴飲暴食でプラマイゼロの不甲斐ない毎日に嘆く。

漫画byよしみん

2.背中:背中にお肉がつくと首は短く見えるし、姿勢も悪くなる。年齢の出る背中の厚みは、コリを解して老廃物を流すとスッキリ!埋もれた肩甲骨が見えて、背中美人に!

3.お腹:お腹の脂肪は、マルマ(つぼ)を刺激して、絞り出すとゴボゴボと流れる音が...老廃物が流れ出すと、みるみるくびれが出来る!

4.脚:太もも裏の脂肪はインドハーブとアヴィヤンガで分解、脂肪周りの毒素を排出。ヒップアップ&美脚効果がスゴイ!

1.SW&吸引:気になるセルライトは、痩身マシンで内側から溶かし出す!ウエストや太ももの脂肪を狙い撃ち、一気にサイズダウン!!LEDでタルミも引き締め、美肌ケアもバッチリ!

5.after:1ヵ月でウエスト-10cm、-7kg!「通う度に効果を実感」と評判の個別プログラムで、若々しいボディラインに!

## 19周年は、コースが「半額」 厚着の前に、お肉を脱ぎ捨てる

「去年はフワッと着たジャケットがピッタピタ!」。背中のお肉は厚着になるほど目立つもの。「サムサラ」は、「私も痩せられる!」を多くのお客様が実感!体内バランスが崩れると、太ったり体調を崩しがちに。アーユルヴェーダでは、インドハーブで体内バランスを整え、お腹や太ももの脂肪、背中のコリやむくみ、体内の老廃物を独自の手法で排出。美容と健康を取り戻す!肩コリ・便秘・生理痛に効果的!20~70代のお客様に愛される完全個室の大人サロンで、お肉を脱ぎ捨てよう!

〒672-6313 茨木市宮元町1-1 ハイムフロイデ2F (1Fセブンイレブン)  
営/10時~21時(受付18時半)  
休/日曜・祝日 完全予約制 女性専用

☎072-631-3630 (HP予約可)  
http://www.ayurveda-samsara.com/

### Guest's Voice

30代までは何とか保っていた体形が、40代から急にお腹や背中にお肉が付き始めて...痩せ方がわからず、さすがの思いで通い始めたら、2週間で3kgも減りビックリ!同時に肩こりや辛い足のむくみも解消。肩回りや背中のお肉が取れて、パンパンだった仕事着もスッキリ着られて、「きれいになったね」と、主人にも褒められました。(40代 Aさん)

**Menu** アーユルヴェーダ体験 (この記事持参の方だけの特別価格)  
●アヴィヤンガ(全身)120分... 体験7,000円  
●SW+アヴィヤンガ(全身)150分 体験8,000円  
●アヴィヤンガ(全身)+フェイス120分 ..... 体験10,000円

※SW+アヴィヤンガ(半身)コースもあり(全て税別)  
※初回はカウンセリング60分有。時間に余裕を持ってお越し下さい。(初来店の方限定。H28年10月末まで)

**特典** 19周年記念キャンペーン  
先着10名様限定 通常コースを半額!  
(10月末まで)

1.ハンド技術に徳れ込み、10年以上通う人もいほど好評のフェイシャルコース  
2.クレンジング後、スクライバーで肌深部の汚れと古い角質を取り除く  
3.数十種類の中からフェイシャルに最適な水素水をチョイス。活性酸素を除去  
4.デコルテ→首→顔→頭→耳を約40分しっかりケア。むくみすっきりリフトUP!  
5.エレクトロポレーションで皮膚内部にダチョウエキスを導入。仕上げに肌別バックでトラブルのない健康な美肌へ導く。

## 「水素水+肌質改善ダチョウパワー」 W効果でシミ、しわ、くすみ撃退へ

商材にこだわりゲストの満足度を追及する同店に新メニューが登場!『ダチョウ卵黄抽出液』を使用した化粧品を取り入れたコースだ。ダチョウは傷の治りが極めて早く、今までにない肌質改善が期待できるそう。今なら『老化を防ぐ働きがあると言われる水素水』とセットになったコースをお得に体験できる。この機会に蓄積した肌の悩みや肌トラブルを撃退して若返りを目指そう!

茨木 Eternal Beauty  
(エターナルビューティー)  
茨木市宮元町7-22 仲伸ビル502号室(左入口)  
営/10時~18時 不定休  
その他の時間も相談可能駅近7分・駐輪・駐車場あり  
☎072-623-5025  
http://esthetic-eternal.com

### Guest's Voice

ダチョウ?!と驚きましたが、モニターとしてコースを受けて毎日のケアを試してみました。アトピー肌でカサカサだったところがしっとりして、2か月目頃には赤みやかゆみも落ち着き、色素沈着が薄くなってきました。このサロンに出会ってから肌が安定しています。トラブルにも即対応してくれ、感謝の気持ちでいっぱいです。(モニター40代 かずよさん)

※お肌の状態によっては施術を受けられない場合があります。まずはご相談ください。

**特典**  
「シティライフを見た」で、(10月末まで)  
●超リラックス水素水コース(70分) ..... 2,980円  
●水素水ケア+ダチョウパワーのWトラブル改善コース(100分)... 5,980円