

「ダメ」なトコロを自覚した人こそ
美しくなるチャンス

老い知らずをつくる美サロン

「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への意識が高くなり、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.19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。
マジ意欲がゆるくて呆れるわ。

入浴後の腹筋&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!

ラン後のウォーキング
※前回掲載分より

「ながら運動」
三日坊主にならない運動から始めてみようかな。

柑橘系のアロマはダイエットの味方
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。

※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ましょう。

「ダメ」なトコロを自覚した人こそ美しくなるチャンス

「ながら運動」
手軽にどこでもできる「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。

柑橘系のアロマはダイエットの味方
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。

※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ましょう。

前回の美活絵日記で
(6月号掲載)「夏までにマイナス3キロ」を目標に掲げた不毛な私、編集部よしもん、もう夏は終わったけど相変わらず落ちない体重と戦っております。

そうやんなら。
この間まで履けた細身のパンツが太もものところで引つかかっけ履けなくなった時はさすがにショックだったもん

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。

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

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ですよ。香りも嗅ぐだけならなおさら続けられるハズ

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、美意識は高いせに、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



1 東京ではこの秋「クリスティーナ専門店」をオープンする同サロン。顔や首の高色素沈着、紫外線ダメージを贅沢なお手入れで改善。真皮の深部にまでアプローチし、あなたの望む理想の肌へ。



4 あらゆるスキントイプに対応する100%ナチュラルのプロ用トリートメント。



2 海ミネラルを含む素材を使い、内側から再生を導く肌に優しいピーリングコース。ぶるんっ弾力が生まれ、シミやたるみ、小ジワもスッキリ。



3 今や周知の水素ケアも話題に先駆けて導入していた同サロン。「クリスティーナ」にも大注目!



1 会員の約50%が40代以上。若い方だけでなく、加齢によるぽっこりお腹の解消や、健康維持を兼ねたダイエットで通う熟年層の方も多数。

2 ベッドでの施術前には個室サウナでデトックスマッサージ!大量の汗と共に「これなら痩せる!」をいきなり実感。

3 インドエステの本場スリランカでも定期研修を行う高技術スタッフが誠実に対応。自宅でのケアアドバイスも含めて、目標まで全面バックアップ。

4 41歳のSさん。昨年末に全身体験をきっかけに本コースをスタートし、3ヶ月で体重-13kg、太もも-8.1cmのサイズダウンに成功。

30周年・元祖アーユルヴェーダ式手技で脂肪を分解し、美シルエットで-5歳若返り

40代以上の方にもオススメ。3ヶ月目安で-10kg以上の減量に成功した方多数。痩せやすく太りにくい体質に変えるインド医学理論「アーユルヴェーダ」に基づいたオールハンドマッサージで健康的に美しいボディラインへ。全て手作りのオーガニックオイルを体質別に使用。パーツ別の自在な手技でリンパを流しスピーディに脂肪分解。免疫力もアップさせ、またリバウンド対策も同時に実現。同店はインドエステの技術の元祖でもあり、高い技術力に定評が!まずは技術の濃さに納得の体験コースで手応えを。今月はパーツスリム60分コースが30周年記念価格で利用OK!

海外セレブも愛用する高機能ケアで肌再生へ

「生涯美しく」をテーマに自然なエイジングケアで結果をもたらしてくれる同サロン。おすすめは、オーガニックとハイテクノロジーを融合させ、世界60カ国で30年以上愛されるイスラエル発のエイジング化粧品「クリスティーナ」によるケア。肌に高濃度酸素を与えて再生へと導き、あらゆるトラブルを改善。夏のお疲れ肌を癒し、潤いとハリ&ツヤあふれる素顔を叶える。「美白コース」など3コースを提供。海外セレブも認めるケアを体験して!

六甲 Beauty&Relaxation Salon Beaute
(ビューティ&リラクゼーション サロン ポーテ)

神戸市灘区六甲町1-6-25
営/平日10時半~21時(最終受付19時半)
土日祝10時~21時(最終受付19時) 火曜定休
完全予約制

☎078-856-2234
http://beau-te.jp/



Guest's Voice

日本初上陸イスラエル美容ということで、初めは不安もありましたが驚きの効果に今ではクリスティーナにすっかりはまっています。長年、悩まされていたシミや肌荒れにもこれでさよならです。(40代 Fさん)

特典 「シティライフを見た」で

- ①美白コース.....35,000円→15,000円
- ②トラブル肌コース.....35,000円→15,000円
- ③ピーリングコース.....40,000円→20,000円

(+施術後7日間使用の化粧品キットの購入が必要・①または②を受けた方のみ施術可)
※上記①②③は無料肌診断付

- ④水素フェイシャル60分.....12,000円→8,000円
- ⑤頭皮水素クレンジング80分.....15,000円→10,000円

(10月末まで・①②③は再来可・要予約・全て税別)

Guest's Voice

年齢と共にダイエットに意欲を失っていたけれど肥満による体調の不良をきつかにカブールへ。ムリなく3ヶ月で-10.2kgを達成し身体も心もすっかり若返りました。(55歳 Tさん)

Menu 1年間アフターサポートキャンペーン開催!

- ①【オールハンド】脚orお腹集中60分コース.....16,200円
- ②【オールハンド】上半身or下半身90分コース.....19,440円
- ③【オールハンド】全身120分フルコース.....32,400円

特典 「シティライフを見た」で、

- ①30周年記念【脚orお腹】160分パーツ集中スリム.....4,900円
- ②【上or下半身】90分集中コース.....8,640円
- ③キャビテーション付!全身120分フルコース.....16,200円

(10月末まで・新規の方のみ・要予約)

三宮 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-sannomiya.com

