これで夏の薄着も怖くない！

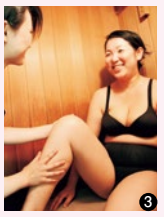
自分に合った方法ではじめる
効率よくダイエット

重ね着でごまかせた季節はもう終わり！薄着の季節がやってきました。
自分に合った方法で効率良くにっくき脂肪を撃退しませんか？
心強い味方になってくれるサロン・スタジオを紹介します。

成功のカルテ　40代 Sさん

How to 全身オールハンドスリム
期　間 3ヵ月
Success ウエスト－25.7cm 体重－13kg

5人の子どもを出産し、長年戻らない体形崩れが大きな悩みでしたが、カブールさんのおかげでママ友の間で噂になるほど劇的な体重減に成功!出産前の服が着れるようになりました。



1.便秘の解消にも!全体プロポーションのポイントであり、特に効果に定評の「お腹痩せ」。パンパンに張ったお腹を指が入るまで柔らかくし、体内に溜まった老廃物を排出。その際「ゴボゴボ」と流れ出る音がする事も。
2.サポートスタッフと2人で脚の細部まで揉みほぐし。セルライトを潰し、リンパ流れを整えながらむくみをすっきり解消。ヒップUPにも効果絶大!
3.ベッドでの施術前に個室サウナでマッサージ。大量の汗と共に、血行を促進しながらしっかりデトックス。痩せやすい身体作りの準備を。

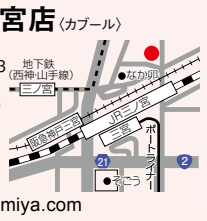
5人のお子様を育てる40代ママSさん。同店に3ヶ月通いウエスト－25.7cm、体重－13kgに成功。

脂肪深部を捉える手技で大幅サイズ減 体質改善しながらリバウンドしない体に

雑誌やTVでもよく取り上げられるインド発祥の痩身理論「アーユルヴェーダ」を30年以上前より研究し、日本人の体質に合わせた独自のダイエット方法を開発。「インドエステ」と呼ばれる技術の元祖でもある同店は、筋肉の付き方や骨格に応じて使い分ける強めの手技に定評が。また、体質別のオリジナルオイルでむくみを解消し、リンパをすっきり流しながら脂肪を燃焼させるので自然とサイズダウンが可能に。過度な食事制限を推奨するような忍耐系ではなく、マッサージで体質を改善しながら体重減を実現するので、中高年の方の成功実績も多数！

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



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

特　典
「シティライフを見た」で
- お腹or脚集中/オールハンドスリム60分…… 5,400円
- 上半身or下半身/オールハンドスリム90分… 8,640円
- キャビテーション付/全身フルコース120分 10,800円

（6月末まで、要予約　新規の方のみ）

成功のカルテ　40代　Mさん

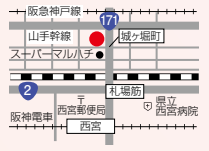
How to 整体&加圧トレーニング
期　間 3ヵ月で－9kg
Success 服がLサイズからMサイズに！

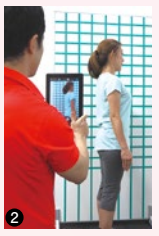
40代からの健康的な引き締めメソッドで着たい服を着こなせるメリハリボディに

急激なダイエットや根拠のない食生活で痩せても、体を壊したり肌がボロボロになったら全て水の泡に…。同店のパーソナルトレーニングでは、整体と加圧、適切な食事指導により健康的なダイエットをサポートしてくれる。ピタッとしたパンツを着こなせる身体を手に入れよう！

西宮 **It's パーソナル**〈はやし整体院併設〉

西宮市分銅町1-1
営／8時半～20時
水曜定休　近隣コインPあり
0798-33-4477
https://hikishime.com/
西宮 イッツパーソナル で検索





1.体のゆがみを整えることでトレーニング効果をUP。さらに、ヒザや肩、腰などへの負担も軽減する。猫背も改善して理想のシルエットを実現。
2.初回のカウンセリングでは姿勢分析や体力検査など、一人ひとりの問題や要望をしっかり聞き、効果的なメニューを提案してくれる。

Menu
短期集中 週1回コース
- 1ヶ月集中コース(全4回)…… 40,000円
- 2ヶ月集中コース(全8回)…… 77,000円
- 3ヶ月集中コース(全12回) …… 110,000円

特　典
「シティライフを見た」で
- 先着3名限定 体験レッスン… 5,000円 → 2,980円
- さらに、体験日に入会で… 入会金10,000円 → 0円

(6月末まで・新規の方のみ)

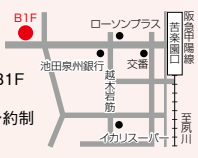
熟練セラピストの高度な手技やEMSなど最新スキルが満載!即効美痩せを叶えたいならぜひ同店で!

「本気で痩せたい」40代以上のダイエットを手厚くサポート

某女性誌読者投票で6年連続グランプリの同店。人気の「リジュ・スーパースリム」は90分で即痩せが叶う！修復型ヒアルロン酸や高濃度配合のデトックス専用オイルを使い、自力では落とせない凸凹セルライトを徹底的に排出！

苦楽園 **セラピエール 苦楽園店**

西宮市南越木岩町14-2　パレドモネB1F
営／10時～21時（土・日・祝～19時）
（近隣にコインパーキング有）　完全予約制
0798-76-5508
http://www.celapierre.com/　セラピエール で検索



特　典
「シティライフを見た」で（6月末まで・初来店の方のみ）
- リジュ・スーパースリム（体験120分）
（カウンセリング&ボディチェック・遠赤外線トルマリンドームサウナ・リジュスリムマッサージ・スターバック・EMS〈中周波〉orヒートバンテージ）
…… 通常料金18,900円→20名限定 2,980円
- 【40代以上限定】リジュ・スーパースリム10回3ヶ月集中コース
…… 通常189,000円 → 30%OFF 132,300円

ほうれい線解消 シワ取り

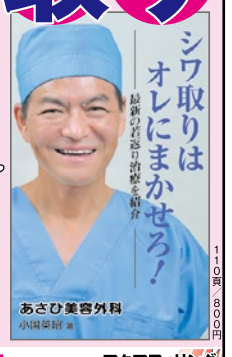
最新のシワ取り注射「アルカミド注入」

シワの長さ1cmにつき 7万円（税別） 新価格 効果5年以上

おかげさまで29周年

- 眉間や額、ほうれい線・ゴルゴ線・マリオネットライン（口角の下）などの深いシワを解消し、ハリのある若々しい肌を作ります。
- 加齢によるコケた頬や凹みなどに自然な膨らみと輪郭を回復することができます。
- 効果は5年以上持続し、施術後すぐに効果が出ます。注射のみの施術で時間は10分程度です。

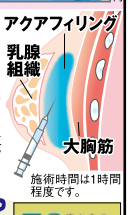
痛みや出血を抑えるマジックニードルを採用



ワキガ・多汗症 完全完治手術
あさひ式
皮下組織剥離法
両ワキ38万円（税別）

頬、アゴ、首のタルミ取り
フェイスリフト 70万円～120万円（税別）

切らないプチ豊胸術「アクアフィリング」
アクアフィリング 1cc 2,500円（税別）
※現金・カード価格。それ以外は3,000円（税別）です。
柔らかさ、触った感触がとても自然で、5～8年の長期的な持続効果。



施術時間は1時間程度です。

あきらめていませんか？
あさひ美容外科では80才以上の患者様もたくさんいらっしゃいます。

あさひ美容外科
大阪梅田・布施・堺東・高槻・奈良・和歌山・大津・西明石・姫路
【HP】www.asahi-biyou.or.jp
全国9院共通携帯OK
0120-889-480（はやくシワゼロ）
【大阪梅田院】阪急梅田駅 東へ徒歩5分
■大阪市北区堂山町17-15 若原ビル4F

何をやっても痩せない
リバウンドを繰り返す方必見

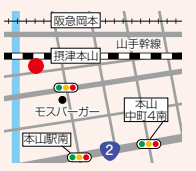
「人生で初めてダイエットに成功した！」という方が多い「痩せホルモンダイエット」。本来は誰もが分泌しているホルモンですが、分泌量が少ないと肥満体質になってしまいます。桜井薬品では独自開発した漢方サプリを使い、より多く、より永続的に痩せホルモンを分泌できる身体を作り、肥満を根本的に解消することを目指します。

お客様の声
- □初めて「もっと食べてください」と言われたダイエット（女性 60代）
- □ジムに通っても痩せなかった私が…（女性 40代）
- □10年間リバウンドしていません（女性 50代）

もっと口コミが見たい方はコチラ／口コミサイトでも話題！
さくらいやくひん クチコミ 検索

カウンセリング無料
完全予約制となっておりますのでお電話でご予約を。
6月30日（土）まで先着8名様限定、カウンセリング枠をご用意できます。

創業70年　完全予約制
漢方の桜井薬品
0120-200-089
神戸市東灘区田中町1-14-23
10時～19時　日祝定休



JR摂津本山駅から徒歩1分
阪急岡本駅南口から徒歩5分

痩せホルモンとは？
1995年に阪大の研究グループが発見し、2010年には東大の研究グループが「運動と同等の脂肪燃焼作用がある」と発表した。

脂肪だけを狙い撃ち!!
目指せ10日で -3kg!!