

今年こそ自分磨き *Start!* 目指すのはこんな私!

“なりたい自分”に導いてくれる美サロン

2019

新年は「今年こそ痩せたい」などと、目標を新たにしている人が多いと思いますが、その目標に向かって漠然と進んでも結果は思うようにはいかないものです。今年こそ現実的な美容目標をたてて、美のプロになりたい自分へと導いてもらう行動を起こしてみませんか? [P.22まで続く](#)



ビューティサロンやスポーツジム体験読者モデル募集

フェイシャルやボディのエステやスポーツジムなどで体験をしてくれる読者モデルを募集しています。



応募方法

下記URLかQRコードよりエントリーください。
※ご依頼の際は編集部より改めてご連絡いたします。
<https://goo.gl/WE7u31>



基礎代謝の上がりやすい冬場に パワフルな手技で根本から痩せ体質へ

中高年層からも支持が高い、インドエステ技術の元祖でもある痩身専門サロン。インド医学理論「アーユルヴェーダ」に基づき、実績30年を超えるセラピストを始め、本場スリランカでも研修を行う熟練スタッフが担当。筋肉や脂肪の付き方など、一人ひとりの身体を細かく分析しながら、熟練されたハンドテクニックで老廃物や脂肪を流していき、体重、サイズを落とすと同時に太りにくい体質へ導いていく。冬場は体温を保つために基礎代謝が高まるので体質改善にはベストな季節! ちょっと体が重いと感じたら、早めに対処しよう!

- 特典** 「シティライフを見た」で
●お腹べたんこくびれウエスト体験60分コース通常16,200円→**5,400円**
(キャビテーション機器をお腹に15分無料オプション付)
●上半身or下半身90分コース 通常19,440円→**8,640円**
(1月末まで・要予約・新規の方限定)



スタッフ2人が強弱とリズムを合わせて、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効果も大。



(左)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。
(右)超音波キャビテーションを併用し、べたんこお腹へさらにスピードアップ!

私たちがこんな風に導きます

気になる部分脂肪を揉んで絞って分解し、華奢で美しいボディラインへ。

by オーナーエステティシャン 奥村さん



40代 Sさん
5度の出産を経験。
同店に3ヶ月通い
●ウエスト: -25.7cm
●体重: -13kg
に成功。

奥村さん
施術実績は30年以上。日本とスリランカを行き来しインドエステの技術と理論を習得した痩身エキスパートの奥村さんがメイン施術を担当。



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>

シティライフ 福袋特典
●全身スリムフルコース120分 通常32,400円 → **10,800円**
さらに爽快ドライヘッドスパの**無料オプション付!**
(1月末まで・要予約・新規の方のみ)



私たちがこんな風に導きます

美容はり+整体で
美顔と体質改善が一度に叶う
お手伝いをします。by オーナー 泉さん

正月太りを一日も早くリセット やさしいはりで体の内側から健康に

年末年始、食べ過ぎて体重がオーバーした人も多いはず。「リセットのポイントは体の内側から調子を整えること」と語るのは女性鍼灸師・泉先生。ハミングは古民家を改装した女性専用の鍼灸サロンで、一人ひとりの体に合った施術メニューを考案。美顔はもちろん、生活習慣の乱れによる体質の改善、骨盤矯正などを図る。お得な読者限定コースで、春までに健康的な体を手に入れよう!

シティライフ福袋特典
「シティライフを見た」で
たるみ改善コース30分(顔)
通常 6,480円 → **5,400円**
生活習慣見直しコース75分(顔+体)
通常 12,500円 → **5,400円**
お正月太りリセットコース75分(体+パーソナルトレーニング)
通常 12,500円 → **5,400円**
※お得な複数回コースもあり。(2月末まで)



顔への美容はりと共に整体やパーソナルトレーニングも必要に合わせて提案。効果を持続させるため自宅でもできるセルフケアも教えてくれる。

**美容・鍼灸サロン
ハミング**
西宮市学文殿町1-1-3
営/10時~18時
(最終受付16時)
月曜定休 完全予約制
駐車場完備
☎0798-55-6926
<https://humming-yumiko.com/>



私たちがこんな風に導きます

貴女の10年後のキレイをサポートします。
自分を変えるのは自分!
まずは行動を! by 店長 大道さん

オールハンド施術で見違える素顔に 1月限定で首or手のケアもサービス

熟練の手技で顔や頭の筋肉を活性化し、ほうれい線やたるみ、口元の小じわ、くすみなどを根本改善。コラーゲンパックとの相乗効果でハリツヤある素肌を叶えてくれる。さらに、今月号の限定特典では、年齢が出やすいのに見落としがちな首や手をケアするパックもサービス! さあ決意新たに、素顔の自信を取り戻す第一歩を踏み出して!



1. お試し1回の施術でもしっかり効果が実感できる。「同年代に差を付きたい」「こっそりキレイになりたい」という人は要チェック!
2. ヘッドマッサージがコースの中に組み込まれているので、頭痛や目の疲れ、肩こりにも効果的。美容だけでなく健康面もケアできて一石二鳥。

Best Face 西宮北口店(ベストフェイス) (旧・ソレイユ鍼灸整骨院)

西宮市田代町18-4 シャトル西宮北口101
営/平日10時~19時(最終受付18時)
土日10時~17時(最終受付16時)
月・火定休 祝日不定休
12/28(金)13時~1/3(木)休み
近隣コインP有 子ども連れ不可
☎0120-37-6633
☎0798-64-6633
<http://www.kogao2014.com>



- 特典** 「シティライフを見た」で
●小顔リフトUPコース(通常2,000円)+
コラーゲンパック(通常1,000円)
.....3,000円→**1,000円**
●さらに、上記セットを受けた方限定で、
次回以降使える同内容の特別回数券(3回分)
.....9,000円→**6,000円**
(1月末まで、要予約、新規の方のみ)

シティライフ福袋特典
選べるパックを無料サービス
※ハンドパックor首をうるおすパック
(1月末まで、小顔リフトUPコースを受けた方)