

肌 Skin 自分より年上の女性で、くすみがなく透明感のあるキレイな肌を見ると、どんなケアをしているか聞きたくなります。自分も何かしなきゃ!と気がかされます。 20代 Mさん

顔 Face あごまわりのたるみ肉が気になります。私も顔全体がたるんできたと実感するので、写真になるべく写らないよう、うまく隠しています。フェイスラインをスッキリ引き上げたいですね。 40代 Yさん

胸 Bust 年齢を重ねると徐々に垂れて形が崩れてくるのは仕方がないのですが…。最近、自分のサイズに合ったブラをちゃんと着けることが大事と実感したこともあり、キレイな形のバストを維持している人を見るとどんなケアをしているのかすごく気になります。 40代 Sさん

ウエスト Waist 服を着てもわかるぐらいポッコリ出ているお腹を見ると、思わず見えてしまいます。そこまで太っているわけではないのに下腹が出ていたりする人も見かけるので、くびれがある人って本当にすごいと思います。 30代 Nさん

背中 Back 自分の努力ではなかなか削られない脇肉や背中やハミ肉が気になります!自分も気にしている部分なので、余計に目がいってしまいます。肉がブラの上に乗らずに、服をスッキリ着こなしている人を見ると格好良く感じます。 40代 Mさん

Caution! 油断大敵 実は見られてる!あのパーツ…

Watch Your Body & Face!

今こそ パーツケア美人

スタイルやパーツなど、異性からの視線も気になるけれど、意外と女性目線のチェックのほうが自分のカラダと比較されるから気にしてしまいます。そこで、女性が思わず見てしまう同性的パーツについて、編集部内で調査してみました。また、女性に羨ましがられる自分に変身させてくれる美サロンを紹介します。

編集部より From Editor

やっぱりみんなしっかり見られてる!(怖い…)特に普段から自分が気にしているところが目がいく傾向が。なかには「憧れて見たい」という声もあり、同性から褒められるって嬉しいですね。日頃から意識してケアを心がけていけば、見られて怖いという感情にならないはず!ぜひ、みなさんも羨ましがられる自分に変身させませんか。

お腹に溜まった老廃物をオールハンドで大量排出

「インドエステ」の元祖でもある同店はインドの医学理論「アーユルヴェーダ」を基に、日本人の体質に合わせた独自のダイエット方法を開発。特にぽっこりお腹に悩む40代以上の大人女性から絶大な支持が。人気の訳は、個人の筋肉や脂肪の付き方に応じた独自の手法と体質別スリムオイル。体質改善を基本にしているの、無理なく続けられリバウンドもしにくい。3ヵ月目安で-10kgに成功する人も多いため。薄着の季節はもう目の前!春に向けていらない脂肪・ムダ肉をリセットしてしまおう!



揉んで、絞って、脂肪を燃焼!即効性を追求した手法で、お腹のガンコな皮下脂肪、セルライトを撃退引き締めながらぽっこりお腹をベタンコに。

ウエスト Waist に自信がもてました! (30代 Kさん)

2度の出産で15kg増となり、30代ですが実年齢より老けて見られる事が多くなりカプルへ。ウエスト周り何と5ヶ月で-25.9cm。体重も12.8kg減で若返った気分です。



56歳の主婦。初回体験でウエスト-5.6cm。お腹が大きく引っ込み、全身シルエットの印象も大きく変化し絶頂アップ。

(左) スタッフ2人がリズムと強さ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改善し美しい細脚へ。ヒップUP効果も! (右) ベッドでの施術前に低温個室サウナでトリートメント。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下準備。

脱・ぽっちゃり体型 痩身機器ハイパーナイフと骨盤矯正で即効痩せ

TVや雑誌で話題沸騰中の最新痩身機器「ハイパーナイフ」。関西で導入しているサロンはまだ少なく、御影ではもちろんココだけ!「ハイパーナイフを経験された方は、まるでナイフで脂肪を切り落としたみたい!と即効性のある効果に驚かれる方も多いため」とスタッフの辺見さん。またプロの矯正技術を持った整骨院KAIが監修する骨盤矯正で「痩せ体質」を作りリバウンドをしない体づくりが出来るのも同店ならではの。ハイパーナイフでぽっちゃり体型から卒業しよう!



背中 Back に自信がもてました! (40代 Aさん)

施術後は代謝がよくなり体がボカボカに。足はむくみが取れ、スッキリ軽くなりました。また気になっていたブラジャーからはみ出た背中のお肉、デニムの上に乗っていたお腹のお肉もすっきりタイトな服がカッコよく着こなせるようになりました。



(左) 骨盤が歪んでいると消化不良を引き起こしダイエットの邪魔に。骨盤矯正で痩せやすい体づくりを。(右) 運動や食事制限などではなかなか落とせない背中や二の腕のお肉…。そんな所ほど効果を発揮!

(上) ハイパーナイフは身体を温めると同時に、脂肪やセルライトをもみほぐし、老廃物や脂肪を排出させる効果が高いのでお腹・背中には特に即効性があるそう。

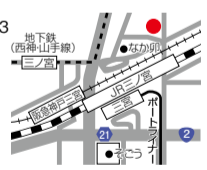
特典 「シティライフを見た」で

- お腹へたんこく+びれウエスト体験 60分コース 通常16,200円→**5,400円**
- 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
- 上半身or下半身 90分コース 通常19,440円→**8,640円** (3月末まで・要予約・新規の方限定)

Kabul 三宮店 (カプル)

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>



特典 「シティライフを見た」と電話予約の方は、

- ハイパーナイフ×骨盤矯正コース 通常9,500円→**2,980円**
- 下腹スリムコース 通常9,500円→**2,980円**
- 背中、脇スッキリコース 通常9,500円→**2,980円**
- 美脚、美尻コース 通常9,500円→**2,980円**
- 小顔矯正ハイパーナイフフェイシャル 通常10,500円→**2,980円** (3月末まで・初回の方限定)

Body Make Salon Le ciel 【整骨院KAI併設】(ル・シエル)

神戸市東灘区御影中町1-10-8 柳ビル1階 提携駐車場有(要問合せ) 営/午前: 8時45分~12時半 午後: 15時半~20時 祝日定休 土日17時まで

☎078-891-6557 ※営業時間外は電話不通



シネマ情報 CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

天国でまた会おう 3月1日(金)公開 大阪ステーションシティシネマ他 全国ロードショー

第一次大戦で死にかけて友情を育んだ、歳の離れた二人の兵士。パリに戻った彼らを待っていたのは、戦没者は称えるのに帰還兵には冷たい世間だった。何もかも奪った国を相手に並み外れた画才で一儲けしようと大胆な詐欺を企てる。だが、その裏に秘められた目的とは…

監督: アルベール・デュポンテル
出演: ナウエル・ペレス・ビスカヤート、アルベール・デュポンテル

グリーンブック 3月1日(金)公開 TOHOシネマズ梅田他 全国ロードショー

人種差別真っ只中の60年代米で、孤高の黒人ピアニスト、ドクター・シャーリーは危険な南部へのコンサートツアーを目標む。用心棒兼運転手に雇った伊系白人のトニーは粗野だが頼もしい。正反対の二人が、差別を目の当たりにしながら友情を育んでいく。実話が元々の粋な物語。

監督: ピーター・ファラレー
出演: ヴィゴ・モーテンセン、マーシャ・アリ

※PG12...小学生には助言・指導が必要となります。 ※R15+...15歳以上の方がご覧いただけます。 ※R18+...18歳以上の方がご覧いただけます。

OSシネマズ ミント神戸 <http://www.jollios.net/> 神戸市中央区雲井通7-1-1 ミント神戸9階 ☎078-291-5330

<上映中>

- 七つの会議 ● メリー・ポピンズ リターンズ ● 雪の華 ● アクアマン ● ファースト・マン ● 劇場版シティーハンター 新宿プライベート・アイズ ● フォルトゥナの瞳 ● 女王陛下のお気に入り ● 翔んで埼玉 ● アリータ:バトル・エンジェル
- 映画ドラえもん のび太の月面探査記(3/1~) ● 九月の恋と出会うまで(3/1~) ● 移動都市/モータル・エンジン(3/1~) ● グリーンブック(3/1~) ● 運び屋(3/8~) ● スパイダーマン:スパイダーバース(3/8~) ● 君は月夜に光り輝く(3/15~)

● キャプテン・マーベル(3/15~) ● PRINCE OF LEGEND(3/21~) ● バンブルビー(3/22~) ● ダンボ(3/29~)

君は月夜に光り輝く 今月のオススメ

● OSシネマズ ミント神戸 ● 鑑賞券をプレゼント ● 5組

応募方法

- はがきの場合: 〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 CityLifeシネマ OSシネマズ ミント神戸鑑賞招待券プレゼント係)まで
- WEBからの場合: <http://present.citylife-new.com/>
- 締切: 3月25日(はがきは必着) ※個人情報保護法に基づき厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。 ※当選結果は発送をもって代えさせていただきます。