

頑張った自分に キレイをプレゼント

ご褒美 Menu

ご褒美 Menu
つくってもらいました
今月号限定



1.週に2,3回通ってマシンに乗って気持ちよくなる上に3食きちんと食べても確実にサイズダウンが。ダイエット成功後も体型維持や健康促進のために20年以上通い続ける強者も!

女性専科 JSC 瘦身倶楽部

神戸市中央区三宮町3-9-18

※体験申込や電話相談は以下受付時間に※

電話受付

月・火・木・金曜:9時半~21時

水・日曜・祝日:9時半~17時半

土曜:9時~15時半

【12月の休業日】12/1・12/23

【年末年始休み】12/27~1/3

☎0120-15-3936



今月号限定

ご褒美 Menu

年末年始を迎える前の短期集中
痩せコース(10回コース)…33,000円
1回120分

基本コースにヒートウェーブ+G5(固まった筋肉をほぐし、代謝UP・脂肪燃焼を促進)がセットになった豪華フルコースの特別メニュー!年末年始を迎える前に短期集中型で一気痩せを狙うならコレ!

3回体験(1回90分)が1,500円
最後のとりでと思って試してみよう

神戸で41年の実績を誇る瘦身専門教室。今までダイエットに失敗し続けている人はぜひ同店に相談を。本当にマシンに寝ているだけでOK!3食しっかり食べて週に2~3回通うだけ!代謝UP効果も高いので50代以上の中高年女性にも大人気!とにかく体験コースで効果を自分で体感するのが一番!

特典 「シティライフを見た」で
●7日間で3回(各90分)体験コース…通常6,000円→1,500円
さらに、体験コース後に入会…入会金6,000円→無料
(12月26日まで・新規限定)



2.117本の美しいカラーボトルから4本を自分でチョイス。選んだボトルから現在の心の状態を診断し、その内の1本を使ったボディトリートメントも。

女性の心と体のためのプライベートサロン Polestar (ポルスター)

西宮市田中町4-10

メンスーラコリン101

営/10時~20時

日祝定休

※年末年始は

12/30(月)

~1/5(日)まで休み

☎0798-31-5848

https://polestar-smile.com/



今月号限定

ご褒美 Menu

「忙しすぎて、ずーっと疲れている...あなたのためのスペシャルトリートメント」
ヘッドマッサージ+オイルリンパ+フルボディ150分
通常30,000円→15,900円

抜けない疲れ、肩こり、腰痛など全身のコリやこわばり、冷え、むくみをスッキリ軽やか!頭からつま先まで、深いリラクセスに誘う、夢見ごっこ全身オイルトリートメント。

忙しくてつい頑張りすぎるあなた
心と身体の疲れをいったんリセットしよう

全身のコリ、だる重さ、冷えやむくみをそのままにしてない?ストレスや疲労はあなたの心も体も少しずつ蝕み、やがて笑顔まで奪ってしまうことに。忙しい毎日を明るく元気に過ごすには、溜まった疲労をいったんリセットすることが大切。深いリラクセス効果で体の疲労はもちろん心まですっきり軽くなりパフォーマンスもあがるはず!

特典 「シティライフを見た」で (2020年1月末まで・新規限定)
●目・肩スッキリヘッドマッサージ(60分/ヘッド+肩+背中)…通常10,000円→5,900円
●目・肩・背解放リンパオイルトリートメント(120分/全身)…通常16,000円→8,900円
●疲れ・老け顔さん専用-5歳オールハンドフェイシャル(60分)…通常10,000円→7,900円
●オーラソーマカウンセリング(60分)…通常8,000円→4,900円



1.しつこい勧誘がないので気軽にお試しできる。美容効果の高いコラーゲンパックとの併用で化粧ノリも良くなるそう。
2.セットのヘッドマッサージと目のツボ押しで目元も若々しくパッチリ頭痛や目の疲れ、肩こりにも効果的。

Best Face (ベストフェイス)

西宮北口店(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 近隣コインP有

30代以上限定・子ども連れ不可

☎0798-64-6633

☎0120-37-6633

http://www.kogao2014.com



初回でもバツグンの効果 オールハンド美顔術で いつまでも若々しく

熟練の手技で顔のコリに深くアプローチし、ほうれい線やたるんで「へ」の字になった口元、眉間や目元のシワなどの老け要因を根本から改善。初回でも効果を実感でき、さらに2~3回の施術でかなり顔が引き締まるので、ダイエットをしなくても「痩せた?」と言われることも。アゴまわりがシャープになるので若返り効果もバツグンだ!忘新年会や同窓会など、久しぶりの人と会う機会が多い年末年始、いつまでも変わらず若い自分を披露しよう!

特典 「シティライフを見た」で
●小顔リフトUPコース(通常3,000円)
+ コラーゲンパック(通常1,000円)
……………4,000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)12,000円 → 9,000円
(12月末まで・税別・要予約・新規の方のみ)



1.顔の表情筋もやわらげることで明るく豊かな印象を実現!上質な精油を用いた熟練の手法と、ローズ水・バオバブオイルの仕上げで美容効果バツグン! 2.血液やリンパの循環を促すので、顔・肩・背中のコリや、カサカサ肌、冷え・むくみも改善。
3.バンバンに張った太ももやふくらはぎもスッキリ!

オハナトリ

あしやはま整骨院内アロマルーム

芦屋市高浜町6-1

アステムショッピングプラザ2F

ダイエーグルメシティ施設内

営/11時~18時(土曜17時)

水曜・日祝休み Pあり(1時間無料)

☎0797-38-8606

オハナトリで検索



素人では難しい「筋膜」ケア プロによる専門的な施術で 内から輝く健康美を実現

全身の皮膚と筋肉の間に張り付いている「筋膜」は、加齢により固く癒着してしまうと老けや不調の原因に…。そんな素人ではケアが難しい「筋膜」を専門とする同店では、特別な機器を用いて「筋膜」と深部の筋肉にアプローチ。しっかり“耕す”ことで、体内のバランスを根本から整えつつ老け要因を撃退し、子どものようなやわ肌まで叶えてくれる。広い駐車場があるので通いやすく、阪神間~神戸でリピーターが続出中だとか。健康的に美しくなりたいならぜひチェックして!

特典 「シティライフを見た」で、
●筋膜美療 アロマフェイシャル
+ 表情筋筋力リリースコース…11,000円 → 4,950円
●筋膜美療 全身コース…8,800円 → 6,050円
●頭の筋膜ほぐしコース(整骨院スタッフが施術)
……………3,300円 → 2,970円
(12月末まで、新規の方のみ、要予約)

あさくら皮膚科クリニック

ビタミンCは肌に良い
ビタミンCは肌が良い
ビタミンCは非常に壊
れやすい不安定な物質
で、皮膚に塗っても吸収
されません。化粧品には
ビタミンCを安定化させ
る必要があります。一方、
ビタミンC誘導体含有量
は1~2%といわれています。
エステではより高濃度
のものも扱っています。濃
度が高いほど、高濃度
でも浸透性が良くない
と思われがちですが、肌
の状態によっては刺激
が出ることもあります。
濃度だけでなく、他に
含まれている成分や自
分の肌質に合った注
意して選ぶことが大切
です。

ビタミンCは肌が良い
ビタミンCは非常に壊
れやすい不安定な物質
で、皮膚に塗っても吸収
されません。化粧品には
ビタミンCを安定化させ
る必要があります。一方、
ビタミンC誘導体含有量
は1~2%といわれています。
エステではより高濃度
のものも扱っています。濃
度が高いほど、高濃度
でも浸透性が良くない
と思われがちですが、肌
の状態によっては刺激
が出ることもあります。
濃度だけでなく、他に
含まれている成分や自
分の肌質に合った注
意して選ぶことが大切
です。

☎0798-68-1211

https://asakura-hifuka.com

西宮市甲子園口2-4-10

メディコート甲子園2階

診療科目/皮膚科・美容皮膚科

(炭酸ガスレーザー・Qスイッチルビ

レーザー・まつ毛脱毛症治療・

イオン導入・ピーリング・多汗症など)

診療/9時半~12時半 16時~19時

(診療最終受付18時45分)

休診日/水曜・土曜午後・日祝

予約専用電話 ☎050-5212-0666



院長 朝倉 麻紀子

日本皮膚学会
認定皮膚科
専門医



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)

もっとロコモが
見たい方はコチラ

ロコサイト/
でも話題!

さくらくひん ロコミ 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。
12月28日まで先着8名様限定、
カウンセリング枠をご用意できます。

昭和22年創業 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 ※お正月休み12/29~1/5

10時~19時 日祝定休



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、より持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。

脂肪だけを狙い撃ち!

目指せ10日

-3kg!!

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。

