

特別価格 1180円

COVER
中村アン

7

楽しく体質改善！ 35歳からの魅せボディ

Part 1
ヘルシーに輝く！ 中村アンさんのボディメイキング論

Part 2
35歳からのダイエットのトリセツ

Part 3
人気モデル押切もえさんと考える大人のボディ悩み

Part 4
美容賢者がリビ中！ “ずばらダイエット”

Part 5
デトックスに効果的！ プチファスティングのススメ

Part 6
話題の美容クリニックの“攻め系ダイエット”メニュー

Part 7
“なんとなく不調”を整える美容コンディショニング

第1回 /
美容好きお洒落ママ135名が選ぶ
mama & kids
ベストコスメ

特別付録

スカルプD ボーテ
くまで型
電動ヘッドスパ



心地いい
振動で
頭皮ケア

頭を包み込む
こだわりの
くまで型！



サイズ (約)
長さ21.5cm×幅9.5cm(指先)
※頭皮感覚ではありません
※頭皮や身体刺激に肌に負
担を感じた場合は、ただちに
使用を中止し、心臓や電
気は直ちに切断していただき
※充電式で電池切れが不安
な場合は、充電は付属の充電
器で充電してください。

ダイエットの成功の秘訣は、自分に合った方法を探ること!

多様化するメソッド、フィットするのはどれ?

それぞれのライフスタイルに合いそうなものを選ぶのが、ダイエットが成功する秘訣です。

日々のルーティンで 無理なく続けたい

Part 4

賢者に学ぶ! 「ずばらダイエット」

高い目標を掲げて結局すぐに挫折してしまう、ダイエットのための時間を作れない……。そんな人は、まず「無理なく続けられること」が第一目標。忙しく過ごしているのに美しい美容賢者達は、日々のルーティンの中に自分に合ったダイエット方法を取り入れることで、スタイルキープに成功しています。無理なく続けられるからこそ効果を実感できる「インナーケア」「ホームケア」「サロンケア」を!



エクササイズとインナーケア バランスよく取り入れたい

Part 3

押切もえさんのボディケアをお手本に

年齢を重ねるごとにボディの悩みは増え、あれこれと取り入れた方がいいけれど、結果が伴わない……。そんな人は、仕事や子育てに追われ、自分の時間がなかなかないなかでも、美しいボディラインをキープしている押切もえさんをお手本に。忙しい合間をぬって行う簡単のよいエクササイズや、食生活を含めたインナーケアなど、セルフメンテナンスのルーティンがヒントになること間違いです。



なんとなく不調が続く、 ダイエット前にすべきことは

Part 7

コンディショニングで からだを整えて

と ROSY 世代はホルモンバランスが乱れ始め、倦怠感やなんとなく不調を感じやすい年ごろ。ダイエットに臨むことが、心身共にストレスになるケースも。まずはダイエットを始める前に、「コンディショニングのゆらぎ」をできるだけなくしましょう。人間が本来持つ生体リズムを知り、日々の生活で不調をリセットすることが大切。からだを整えれば気持ちも前向きになり、ダイエットの成果も得やすくなるはずです。



効率よく、頑張らず ダイエットしたい

Part 6

美容医療で 攻めのダイエット

最大のメリットは「医師の指導のもとで、安全に、体重コントロールやボディメイクができる」ということ。その分、費用がかかってしまうのが難点だが、年齢のことを考えても、ダイエットという行為はもちろん、リバウンドも避けたい。そう考えると、医療機関を活用したダイエットは効率よく、かつ安全にボディメイクできるといえる。また、脂肪溶解注射や痩身マシンなど、部分ヤセができるのもメリット。



体調を整え、 むくみを解消したい

Part 5

ファスティングで 腸を活性化!

体質の根本改善になると、話題のファスティング、むくみや便秘の解消、腸内環境の改善などを目的に、一度行うとその体調変化に感動する人が多数! ファスティングは正しい方法で行うことが大事なので、自分の性格や生活習慣、目的に合った方法を選ぶのもポイント。体質改善した結果、体重が落ちた、お腹まわりがすっきりしたと体感する人も多いよう。日数や方法の選択肢も色々なのでチェック!



衣理クリニック表参道

オリジナルブレンドの注射薬で腫れない

ウルトラ水光注射脂肪溶解メソ

ウルトラ水光注射 脂肪溶解メソ ¥49,500(トライアル)

一般的な脂肪溶解剤に、脂肪燃焼を助ける成分を独自にブレンドすることで、確実な痩身効果を得られるばかりか、腫れも少ないことが特徴です。また、医療用サブリや医薬品、痩身マシンとの併用により、短期間で患者様のイメージ通りのボディラインに。ワンクール3回の注射を行うことで、効率よく部分痩せを実現できます。

POINT

- ☑ 高効果と腫れの少なさを両立した独自ブレンド
- ☑ 医療用サブリや痩身マシンと併用治療が可能

「アンドロージー世代は代謝が落ちてきているため、ヤセたいところがヤセにくい、という悩みを抱えている方が多いですね」(片桐衣理院長)



SALON DATA

衣理クリニック表参道
東京都港区北青山3-5-30
入来ビル4・5F
☎ 03-5786-1155 ☎ 10:00~
19:00 ☎ 水曜、日曜



ヤセにくいところにダイレクトにはたらきかける脂肪溶解メソセラピー。細かい部位にも対応できる。部位や深さを見極めて注射を行うため高い効果が！