

# 抗肥満薬から、美容医療まで ダイエット最新事情

ただ痩せるだけでなく、美しく、健康的に  
痩せることが可能になった現在のダイエット事情。  
処方薬から痩身器具まで話題のトピックを紹介。

## 肥満の原因を知る「ダイエット外来」



美容医療をうまく併用して、理想の体形に近づける  
“ダイエット外来”と聞くと、肥満の人が治療を行うイメージがありますが、肥満でいなくても、ドクターの指導を受けながら的確にダイエットを行いたい人には、美容クリニックのダイエット外来がおすすめ。「自己流のダイエットに限界を感じていたら、やる方がほとんど」とは、衣理クリニック表参道の片桐衣理先生。「1~3か月を目安に食事と運動を指導するベシッな方法からスタートしますが、体成分分析結果とカウンセリングから、肥満の原因をつきとめることを重要視しています。ウエスト周りや二つの脇など、部分痩せを目指す方には、オリジナルのピンポイント脂肪溶解注射を提案します。食事療法と併用することで理想の体形に早く近づけることができます。美と健康は一对というのが私の考え。ただ痩せるのではなく、“美しく健康的に痩せる”をお手伝いするのが、美容クリニックのダイエット外来です」



(上) 秋に増床オープンしたクリニック。

(左) センスある注射テイクに定評がある院長。皮下脂肪の状態を確かめながら、ボディラインまで整える。

(上上) の部位別スリミング(15分15,750円)を同時に行うと効果アップ。



### Data

#### 衣理クリニック表参道

東京都港区北青山3-5-30 来月ビル4F-5F  
TEL 03-5786-1155 月11:00~20:00 土・日、祝日11:00~19:00 非水曜、第1・2・3日曜日  
<http://www.eri-clinic.com/> 針ダイエット  
外来 21,000円〜、脂肪溶解注射 26,250円〜

## 自宅で手軽に「ダイエット」

自宅でも簡単に、効果的なダイエットを行う方法がいくつかあります。その中でも、自宅で手軽に行えるのが「自己流のダイエット」です。自己流のダイエットには、食事療法と運動が基本です。食事療法では、カロリーを制限し、栄養バランスを整えます。運動では、有酸素運動と筋トレを組み合わせ、脂肪燃焼と筋肉増進を図ります。自己流のダイエットは、継続が鍵です。無理なダイエットは、健康を損なう可能性があります。無理のない範囲で、継続的に取り組むことが大切です。



「自己流のダイエット」は、食事療法と運動が基本です。食事療法では、カロリーを制限し、栄養バランスを整えます。運動では、有酸素運動と筋トレを組み合わせ、脂肪燃焼と筋肉増進を図ります。自己流のダイエットは、継続が鍵です。無理なダイエットは、健康を損なう可能性があります。無理のない範囲で、継続的に取り組むことが大切です。

## 話題の抗肥満薬で痩せをサポート

食事と運動だけでは、なかなか痩せられないという人にとって、話題の抗肥満薬が大きなサポートになります。抗肥満薬は、食欲を抑え、脂肪燃焼を促進する作用があります。代表的な抗肥満薬には、GLP-1受容体作動薬があります。この薬は、食欲を抑え、満腹感を早く感じさせることで、食事量を減らすのを助けます。また、脂肪燃焼を促進する作用もあります。抗肥満薬は、食事療法と運動と併用することで、より効果的なダイエットが可能です。ただし、抗肥満薬は処方薬であり、医師の指導のもとで使用する必要があります。



### Data

#### ダイエット

東京都港区北青山3-5-30 来月ビル4F-5F  
TEL 03-5786-1155 月11:00~20:00 土・日、祝日11:00~19:00 非水曜、第1・2・3日曜日  
<http://www.eri-clinic.com/> 針ダイエット  
外来 21,000円〜、脂肪溶解注射 26,250円〜

## 部分痩せのための最新「痩身機器」

### 10分以内で効果を出す最新痩身機器

痩身のための機器は数多くありますが、効果を出すには最新の機器が必要です。最新の機器は、10分以内で効果を出すことができます。最新の機器は、脂肪を分解し、リンパ液を流すことで、効果的な痩身が可能です。最新の機器は、安全で、痛みが少ないです。最新の機器は、自宅でも使用できます。最新の機器は、医師の指導のもとで使用する必要があります。



最新の機器は、10分以内で効果を出すことができます。最新の機器は、脂肪を分解し、リンパ液を流すことで、効果的な痩身が可能です。最新の機器は、安全で、痛みが少ないです。最新の機器は、自宅でも使用できます。最新の機器は、医師の指導のもとで使用する必要があります。

### Data

東京都港区北青山3-5-30 来月ビル4F-5F  
TEL 03-5786-1155 月11:00~20:00 土・日、祝日11:00~19:00 非水曜、第1・2・3日曜日  
<http://www.eri-clinic.com/> 針ダイエット  
外来 21,000円〜、脂肪溶解注射 26,250円〜

## 「自己流のダイエット」の進化版

「自己流のダイエット」の進化版は、食事療法と運動に加え、最新の機器を使用することです。最新の機器は、脂肪を分解し、リンパ液を流すことで、効果的な痩身が可能です。最新の機器は、安全で、痛みが少ないです。最新の機器は、自宅でも使用できます。最新の機器は、医師の指導のもとで使用する必要があります。



「自己流のダイエット」の進化版は、食事療法と運動に加え、最新の機器を使用することです。最新の機器は、脂肪を分解し、リンパ液を流すことで、効果的な痩身が可能です。最新の機器は、安全で、痛みが少ないです。最新の機器は、自宅でも使用できます。最新の機器は、医師の指導のもとで使用する必要があります。