

#### Kumiko さん **Bellute Beauty Studio**

tel: 424-527-7330 Web: bellute.com 18051 Crenshaw Blvd #A Torrance CA 90504 \*P10 のコラムと広告もご覧ください

※以下で紹介の商品は Bellue では取扱っていませんのでご注意ください。

#### 《お気に入りへアケア》

#### ★ drybar HOT TODDY Heat Protectant Mist

ブロードライしたあとアイロンする前に髪にスプ -。熱から髪を守りさらさらな仕上がりが持続。 乾いたスプレーなのもお気に入りの理由。

#### 《お気に入ボディケア》

#### ★ L'Occitan Shea Butter Hands & Body Verbena Extra-Gentle Lotion

手とボディの両方に使えるリッチなクリーム。乾燥 が気になる時期はお風呂上りに全身に使います。べ たつかずほどよいしっとり感。レモンバーベナの香 りに癒されます。



#### 《お気に入り美容機器》

#### **★ OLURA ENO™ ALL-IN-ONE FACIAL DEVICE**

25000 回 / 秒の超音波で肌のクリーニングと 35 万回 / 秒の振動で肌を潤しリフトアップ。洗顔後に数分のケ アで OK。とっておきの肌メンテマシンです。



#### 《お気に入りフレグランス》

#### **★ Louis Vuitton HEURES D'ABSENCE**

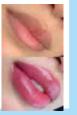
気分を上げ、若々しさをイメージするのに私にとって香 りは重要。高価なフローラルの香りを惜しげもなく贅沢 に組み合わせたフレグランス。バラ、ジャスミン、ミモ ザなど本当に素敵な香りに包まれて幸せな気分になりま す。ぜひ、これ好き!という香りを探してみて下さい。



#### 《お気に入りサロンメイク》 ★アートメイク

何と言っても「アートメイク」!

起きた瞬間から美しい眉がある。アイラインもにじま ない。いつも健康的で明るく見えるリップ。私は自分 で自分に施術しますが、鏡を見るたびにやってて良 かったと大満足です。



## Mayumi さん

#### Scent of Lavender

tel: 626-793-8121 Web: scentoflavender.com 2497 Huntington Dr San Marino CA 91108

\*表紙裏の広告もご覧ください。

#### 《お気に入り美容機器》 ★ Nuface Trinity \$325



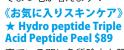
フェイシャルリフト てまつ毛が増えます! 美顔器。私もまめに 使用してハリのある

フェイスラインをキープしていま す! 当サロンのフェイシャルにも 使用しています。

全品ラベスト通販でも取り扱い中

#### 《お気に入りメイクアイテム》 ★ GrandeLash M.D. \$65

🖝 FDA 認 可、 日 本 で 今まで色々なまつ毛美容 は医療器具として認 液を試し、販売もしてき 定されたプロ仕様の またが、これは群を抜い



寝ている間に角質除去と肌 再生を促しシワやシミを改 善します!





#### Nami さん Nami's Skin Care

tel: 949-502-5050 Web: namiskincare.com 4482 Barrancka Pkwy #180 Irvine CA 92604

\*表紙裏の広告もご覧ください。

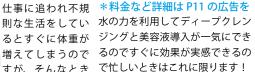
#### 《お気に入りダイエットサプリ》 ★ M'lis Body Cleanse \$69



仕事に追われ不規 るとすぐに体重が 増えてしまうので

ラベストでも販売中 すが、そんなとき これでデトックスしてます。1週 間のパッケージですが終わる頃に は私の場合は3キロくらい減量で きます! (個人差あり)

#### 《お気に入りフェイシャル1》 ★ハイドラフェイシャル



《お気に入りボディトリートメント》 ★針脱毛\*詳細は P11 の広告を 永久脱毛ができるだけでなく、毛 穴が小さくなるのでお肌がつるつ るになります!



#### まつげ専門店

Megumi's Eyelash Hermosa Beach

#### ~完全個室で質の高い技術をお求めの方へ~

たくさんの方との出逢いを大切に一人一人にあった デザインをご提案し、「なりたい目元」を叶えます。

#### 今回眼りのスペシャルプライス実施中!!



#### ♥♥♥バレンタインスペシャル♥♥♥

- **■**ラッシュリフト(まつ毛パーマ)\$65→<mark>\$55</mark>
- ■シングルエクステ 100 本→\$55
- ■クラシックエクステ \$129→**\$75** full set ■ボリュームエクステ \$189→<mark>\$120</mark> full set
- ※初回のみのお値段です

#### Megumi's Eyelash: ご予約 562-567-4188 (Tel/Text)

IG: megumis\_eyelash

Salon: @Hermosa Nail Co. 950 Aviation Blvd.

Tel/text でのご予約の際は以下を必ず 事前にお伝えください。 ご新規様 or リピーター様お客様フルネームご希望メニュー Hermosa Beach, CA 90254 ②ご希望の日時を 3 日程



\*ミニマム:\$40/20分(5分毎に\$5加算)

始めた日より3ヶ月間、 何回でも 10%OFF!

VIO、髪の生え際の白髪や顔の産毛、男性用脱毛も好評です!

ご予約は 完全予約制

@Jun Hair Salon TEL/ 805-455-0105 (Yukako 直通)

Jun Hair Salon: (310)538-9928 / 16008 S. Western Ave. #B, Gardena, CA 90247

# DR. SHIN EXP. 3/31/2023

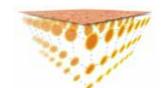


#### INFINI with RF を選ぶ理由

インフィニフラクショナル RF 治療

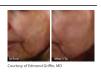
- \*熱効果による凝固領域を広範囲に形成
- \*正確な均一なエネルギー供給
- \*オート設定
- \*全ての肌タイプの方に
- \*利用しやすい低価格帯
- \*最小限のダウンタイム(24時間後にメイク可能)
- \*施術後のお手入れも簡単
- \*34 ゲージの極細マイクロニードルで痛みを軽減

★1回の治療で50,000個以上の ミクロの凝固ゾーンを形成



#### **Before and After**









#### Platelet-Rich Plasma (多血小板血漿) セラピーとは?

多血小板血漿は、血液の液体部分である血漿と、身体の自然治癒過程で重要な役割を果たす血球である血 小板との2つの要素を組み合わせたものです。皮膚についた傷などは血小板から傷んだ組織の修復を促進 する物質(成長因子)が供給され、傷んだ組織を元通りに直そうとする自己治癒機転が働いています。 RPR 治療ではご自分の血液細胞を使用して自己治癒力を利用し、肌を内側から若返らせることができます。

★コラーゲンの生成をアップ ★シワ、小ジワの軽減

★肌の水分量を整える

Thread Increas face







\$2,100 \$1,500

Exp. 3/20/2023

PICOCARE MAJESTY



## Deep Skin Tightening

- 引き締まった若々しい肌へ
- 切らないリフトアップ
- コラーゲン再構築と表情筋引き締め



Treatment with HIFU





World Most Advanced PICO LASER!

IPL フォトフェイシャル治療によ IPL リストワン・コン・ハーニー り、シミやそばかすを劇的に改善。 肌の赤みや毛穴の開きでお悩みの

方にもオススメです。

1 times \$200

3 times \$500

## Spectra tonina

-シミやくすみを薄くして色ムラのない均一 なワントーン明るい肌へ導きます。

\$200

10 times \$1 200



experience real PICO!

## Benefits

- · 効果的
- •安全
- •非侵入
- ・ニキビ痕を改善
- ・シミ / 色素沈着改善
- ・毛穴の開きを改善
- タトゥー除去

#### **TONING**

**INTRODUCE** PRICE

1Time \$ 500

10Time \$3,500

1Time \$ 600

3Time \$1,600

5Time \$2,500

## Laser Removal

- ▶ ほくろ、イボ
- 黑色育毛性母斑
- 脂漏性ケラトーシス

▶ Hair Removal (レーザー聯手)

アッパーリップ、ワキ、 アゴ、スネ、ビキニ





**→\$12** / unit

Juvéderm VOLUMA XC



**\$800** / Syringe

\$4.000 → \$3.500 5/Syringe



**→ \$500** / Syringe **→ \$800** / Syringe



RADIESSE 1.5cc \$500

笑いジワ、ほうれい線、マリオネットラインを含む、鼻から口元にかけての 深いシワを改善するトリートメント。



PETER B. SHIN M.D. · Board Certified in Family Practice by

- American Board of Family Practice
- Texas A&M Medical School UCLA Family Medicine

#### 日本語対応可能

Phone: (310) 326-2161

23326 Hawthorne Blvd. #140 Torrance, CA 90505 shinfamilymedical@gmail.com

本誌でお馴染みの美容のプロにアンケート

# あなたのお気に入りの 美容&健康アイテム、

数数えてください



#### Mamko さん

#### **Tokyo Beauty**

tel: 310-787-8888 Web: tokyobeautyproducts.com

\* 初回商品は全て Tokyo Beauty で取り扱い中 \*P3 の広告もご覧ください

「全て成分や処方が良くて、私が毎日愛用しているアイテムです」(Mamiko さん)

#### 《お気に入りアンチエイジングスキンケア》 ★ CEFINE スキントリートメント EX 30ml/\$98

シワ、シミ、たるみ、毛穴、肌荒れ、超乾燥肌など全てケアしてくれるレチノール (ビタミン A) を配合した美容液。細胞のターンオーバー促進し効果で毎日調子のいいお肌に。頼れる1本です。



#### 《お気に入メイクアイテム》

#### ★ CEFINE シルキーウエットリクイド 12α/\$48

プロ仕上げの絶品シルク肌が簡単につくれるファンデーション。ハイカバーなのになめらかな素肌のようなツヤ肌に。マヌカハニーなど22種の美容成分で潤いながらお肌を守ってくれるのも嬉しい。ノンケミカル/SPF50 + /PA+++/



石鹸オフ/8時間キープ

#### 《お気に入りへアケア》

#### ★髪蘇物語 (はっそうものがたり) 育毛ローション 120ml/\$70

髪のアンチエイジングケアに使っているのは世界初のプロポリスとアミノ酸を高配合した日本製育毛剤。天然成分95%で発毛促進に最高の栄養素を含み髪を太く丈夫にし抜け毛や頭皮老化を抑えます。



#### 《お気に入りボディケア》 ★ラインケア V 200g/\$50

リンパの流れを良くし、たるみやむくみに効果的なジェルはフェイスラインや首に小顔や二重あごケアとして使用する方も多いのですが私はボディローションとして全身に使用。潤いケアはもちろん、脂肪燃焼やセルライトケアにも効果があります。



紹介商品は全品ラベスト通販で5%オフで販売中!(3/31/23まで)

今回は読者の皆さんのリクエスト企画!「美容のプロたちは普段どんなアイテムを使い、どうやってお手入れをしているんだ

ろう?」そんな疑問にお応えす

べく、本誌広告でお馴染みの美容関係に携わる企業の方々にア ンケートを送り、回答を送っていただきました!

美容に関しては常日頃からしっかり気を配っているという方も、 まったく無頓着という方も、ぜひ参考にしてみてください!

- \* 取扱先の記載が無いものは一般商品です。紹介する企業での取扱はありませんのでご注意ください。
- \* 各商品、施術の値段は変更する可能性があります。
- \* 施術の詳細、料金、予約に関しては各サロン・企業にお問い合わせください。



#### Sachiko さん

#### 佐藤製薬

Web: sato-pharmaceutical.com/us/usa/

\* 紹介商品は日系各スーパーで取り扱い中 \*P14 の記事、バックカバーの広告もご覧下さい

#### 《お気に入りアンチエイジングスキンケア》

#### ★ Sato Exellula シリーズ

Power Lotion (化粧水) は、しっとりとした化粧水で肌にとてもなじむ感触が気に入っています。敏感肌にも刺激が少ないためとても使いやすいです。

Power Emulsion (乳液) は化粧水と併せて夜、就寝前におススメです。少量でも全体に浸透しやすく肌の奥深くまでしみこむような実感です。

Power Cream (クリーム) は化粧水で整えた後、特に乾燥した日に使用すると翌朝のハリが感じられるのでオススメです

Moisture Soap (洗顔ソープ) なんといってもきめ細かな 泡立ちと少量でもフワフワした泡が魅力的で、スッキリと 汚れを落としてくれます。毎日の洗顔が楽しくなります。





#### **Dr. Loraine Diego** Loraine Diego, M.D.

tel: 323-828-4152 web: drldiego.com 1711 W Temple St #7643 Los Angeles CA 90026 \*表紙裏ページの広告もご覧ください

### 《お気に入りメイクアイテム》

★ Mother Pucker (Dr. Diegp で取扱) ヒアルロン酸や薬用ビタミン などが配合されて唇が自然に

#### ボリュームアップします。 《お気に入りサプリメント》

#### ★ DIM SGS+ (Dr. Diegp で取扱)

ブロッコリーなどのアブラナ科の 自然な成分だけで作られたサプ リ。免疫力を大幅に強化し、女性 ホルモンのバランスを保ち、PMS 特有の症状を緩和してくれます

#### 《おすすめフェイシャル》

★ "Tixel + EXO-XOM (広告参照)

サーモスタンプによる治療でニキ ビ跡やシワ、たるみなどが改善さ れます。首や目の周りなどにも安 全施術できます。

#### 《おすすめホルモン治療》

#### ★ BioTE (広告参照)

天然成分だけで作られた小さなペ レットを、お尻から挿入すること により、更年期障害の様々な症状 を緩和してくれます。男性にも。

## KANACO さん

#### Salon de KIREI

tel: 310-408-4939 Web: salondekirei.com 24044 Vista Montana, Torrance, CA 90505 \*P12 のコラムと広告もご覧ください

#### 《お気に入りへアケア》

#### ★ PowerDiva Pro Speed Dryer

髪の毛にはこだわり ます。乾かした後の 髪がしっとりさらさ ら。綺麗にまとまる ヘアドライヤー。

#### **★ HAIRBEAURON 4D Plus** [CURL]

こちらはカールアイ ロン、使えば使うほ ど艶髪になる。

#### 《お気に入りフェイシャル》

#### **★** HvdraFacial

しっかり汚れをとり、そして潤う。 マッサージ効果もある今大人気の フェイシャル。素肌がきれいだとメ イクもばっちり決まります。

#### 《お気に入りジェルネイル》

#### ★ Calgel

直接爪につけるものだからこだわりのカ ルジェル。当サロンでは自爪には絶対的 に安心なカルジェルを使用、オフしても 傷まない最高のソフトジェルです。



#### TOMO さん

#### **April Skin Care & Beautique**

tel: 424-404-2758 Web: aprilsskincare.org 950 Abiation Blvd #1 Hermosa Beach CA 90254 \*OC 店の Info その他はこの下の広告をご覧ください

## 《お気に入りスキンケア》

#### ★ Ante AGE pro system



\*サロンにて販売中

人間の幹細胞に働きか けるサイトプロ(ヒト 骨髄幹細胞培養液)が 主成分の美容液と乳液 ★ Jane Iredale

ポイントでケアするのではなく、 剤不使用でアレルギー肌でも使え 根本的にトラブルの少ない綺麗で 健康な肌へ細胞レベルで整えてく れます。

#### 《お気に入りボディケア》

#### ★ M.A.D Skin Youth Transformation **Body Lotion** \*サロンにて販売中

グリコル酸配合で角質除去してシ ミも薄くなってお肌ツルツルに!

## 《お気に入りメイクアイテム》

のコンビ。シミやシワなどにピン 全商品が、香料、合成染料、防腐

ます。SPF 20 で 日焼け止め効果 もバッチリ。





# Chika さん

## Cenka Healing Salon

Text: 310-613-0764 2383 Lomita Blvd #111 Lomita CA 90717 \* この下の広告をご覧ください

## 《お気に入りエイジングケア》

#### ★オーガニックホホバ

万能薬!オイル ではなくワック スエルテルなの で酸化せずお肌

に優しいです。これ一つで化粧水 もいらず保湿ができ2%ですが、 日焼け止め効果もあります。顔だ けではなく、ボディ、髪などにも

使えます。 \* Cenka で購入可



#### 《お気に入りへアケア》

#### ★ Repronizer Hair Dryer 髪に使えば使うほど潤いが出てくる

ミラクルドライヤー。髪だけではな くお肌に使っても潤いが出てきます。

#### 《お気に入りボディマッサージ》 ★ボディマッサージと スカーティッシュリムーブ

毎月必ず一回は受けています! 血行を良くしてリンパも流し、コ リもほぐれます。体のメインテナ ンスには欠かせません。



アットホームな雰囲気の個室にて、 日本語で丁寧にお客様のニーズに合わせた カスタマイズトリートメントをご提供いたします。

### アンチエイジングフェイシャル

#### ■カスタマイズフェイシャル

· 60 分 /\$80 · 75 分 /\$100

現在のお肌の状態に合わせて、 必要なアンチエイジングトリー トメントを組み合わせて一人一 人に最適なフェイシャルをご提 供いたします。

#### マイクロチャネリング白雪胴トリートメント ヒト骨髄 | 幹細胞セラムのアフターケア付き

## **「バレンタインプロモーション**

#### \$240→\$200(3月末まで)

ヒト由来の骨髄幹細胞のセラムをマイク ロチャンネルスタンプという方法で浸透 させます。シミ、シワ、ニキビ、ニキビ 跡に効果大です。

#### ご予約はお気軽に日本語で TEL: (424) 404-2758 WEB: aprilsskincare.org

#### Hermosa Beach Salon

950 Aviation Blvd #I Hermosa Beach CA 90254 (at Hermosa Nail Salon) IG: @aprils\_skincarehermosabeach

#### **Orange County Salon**

10990 Warner Ave #B Fountain Valley CA 92708 (at All That Beauty Salon) IG: aprils\_skincarefountainvalley



\*Mon - Sat: 11am-8 pm \*Sun: 11am-3pm (App. only)



## Menu

\*ボディマッサージ 60分 \$65 / 90分 \$95

\*フェイシャル 60分 \$85

\*フェイシャル& ボディマッサージコンボ 90分 \$110 / 120分 \$140

Cenka Healing Salon TEXT / TEL: 310-613-0764 2383 Lomita Blvd, #111, Lomita, CA 90717 7 days open 9am-9pm Blog: ameblo.jp/cenkahealingsalon

先人の知恵ともいえることわざで

誰でも一度は聞いたことがある、

すが、

本当に健康で生活するため

には腹七分位でいいのではないか

と思います。

そうすれば自然と適

正体重が保たれ、 なって来ました。「あら、ごめん むこともなく毎日が楽しく健康で 来られる方が多くみられるように いられるのではないでしょうか。 最近はマスクを着けずに指圧に ダイエットに悩

いいことを言ったもんだが、 「〝腹八分に医者いらず〟 マイク宮本 Musclemania® ボデ 世界王者 (2012年) Model Universe™ 世界大会公式 コーチ(2015 年) 昔の人は 神奈川県出身(1974 年生まれ)、 ロサンゼルス在住(2006 年~) これ Troy University 卒(2005 年)

の女性、 15ポンドも太ったとのこと。 になったのか、2、3日前から椅子 増えた体重のせいで腰が痛むよう ともと明るく可愛らしい笑顔のこ りと輪郭も丸くなられた様子。 を見ると、 ちゃった」 から立つのも大変になり、 なさい。うっかりマスク忘れてき してほしいと指圧に来られた次 コロナ禍で出不精になり 何だかずいぶんぷっく そう言われる方のお顔 何とか その

かトイレにある相田みつをの日め 間だもの」。こんな風に言うと何だ が結構難しいんだな~。だって人

くりカレンダーのようですね。

相当緊張し弱っている感じでした たりする時に働くコアマッスルも にあり背骨を支え、 に固くなっており、 背中からお尻の筋肉がガチガチ 立ったり座っ またお腹の内

る中毒性も備わっています。 があり、食べたらまた食べたくな は伝わりにくいため、 シュも早く、一方、 きあって行く必要があります。 るなとは言いませんが、上手く付 いの時でも別腹で食べられる特性 脳への満腹感 お腹いっぱ 食べ

気込まれている方々も多いかと思

新たな年を迎えダイエットと意

り元気になりますが、その後クラッ

食べたら太る物5選

ます。上位5位は、

①パスタ、ラー

を聞くとほぼ同じ答えが返って来 入会された方々に、好きな食べ物 います。体重減少を目的に弊社に

子④砂糖を多く使った甘いお菓子

プス、お煎餅等の加工されたお菓 メン等の麺類 ②パン ③ポテトチッ

⑤お酒となっています

に、季節のフルーツを適量食べ、 砂糖を多く使ったお菓子の代わり このコラムでも書いていますが、 パスタやラーメン等の炭水化物を でも大丈夫ですのでそれを飲み たら多少フレーバが付いた炭酸水 お酒の代わりにカロリーゼロでし なスパイスを使い美味しく食べ わりにベイクドしたポテトを好き 味覚を育て、 自然の甘みの方が美味しいと思う かれることがありますが、 を食べれば良いんですか?」と聞 「それでは、マイクさん私は、 ポテトチップスの代 いつも

いので、

直ぐに精神的にハイとな

どれも血糖値が急激に上がり易

満たし、 果が出ない方は、 致します。 ス発散を習慣化することをお薦め ので自分に合った運動習慣を身に レスが起因していると思われます くなって来ます。 間も続ければ、お腹周りは必ず細 大豆食品等のたんぱく質でお腹を 思います つけカロリー消費と同時にストレ 控え、自分の好きな野菜やお肉、 (60ドル)を受けて見て頂ければと 食べ過ぎてしまう方は、 そのような食生活を2週 思ったように行動や結 適量で抑えられ 一度弊社の体験 スト

ので、 した。 圧したのですが、 くなりましたが、 施術後は椅子から立つのも問題 内側から大腿骨に付く筋肉) なってもらいお腹の内側 肉を十分にゆるめ、その後上向きに にもう一度指圧させていただきま 脂肪層に抵抗され困りました まずは股関節周りのお尻の筋 あまりにも多い 念のため三日後 (背骨の (笑 を指

改善が若さを保ち、健康でいるた と軽めの食事、 因となっている様子。 めには一番必要なようですね。 ん運動不足と体重増加が大きな原 **痛の方が増えてきましたが、** 今年に入りギックリ腰や慢性腰 そして日常生活の 適度な運動 皆さ

> 代表トレーナー・マイク宮本 ■TEL: 310-803-0155 (テキスト可) 22715 Hawthorne Blvd, Torrance CA 90505 WEB: tgx.vivinavi.com/fit\_body E-MAIL: info.fit.body1@gmail.com ■完全予約制:月~金&日:7AM-6PM 土:定休日 ■1 ヵ月コース \$880 から(体験 \$60) 日本語でお気軽にお問い合わせ下さい!



年齢に不釣り合いな、 お気に入りのハリウッドスターが実 う欲望は私達から無くなりません。 ているけれど、 より若くはいられない」ことは皆知っ るのに終わりはないようです。 「渇望」となると、それらが満たされ 「若くありたい」とい 不自然に張り 「昨日

れほど空腹であっても、 で一時的に落ち着きます。 など肉体的な渇望は、

いったん食欲

満たされた時点 例えば、ど

ことはできません が満たされたならそれ以上食べ続ける

始めさせる「渇望」として言及されま れ心的なものであれ、 「空腹・睡眠不足・性交への衝動 それらの探求を

愛(かつあい)」と呼ばれ、 交・名声・富など、 の欲望を満足させる何か、食べ物・性 愛の行動もあります。しかし仏教では、 側面があり、もちろん無私で無条件な 「愛」から生まれる利己的な行動は「渇 肉体的なものであ 人が自分 す。 とはいえ、それは 渇望をさらけ出しているかのようで 若くありたい」という飽くことない

私自身、 ということを思い出させてくれます。 だけではないはずです。 めることはありませんし、 若く見えるための努力は止 それは私

だからこそ、私達は他人に外見を印 える情報は私達に大いに訴えます。 ように、 象付けることに励みます。 「一目ぼれ」という言葉に表される 誰かに恋をする時、 とはいえ、 目に見

Tel: (213) 346-9666

や人格が私達の外見に表れるのも真 ことができると思いませんか?内臓 実です。 人の外見の内にあるサインを捉える 誰かに会う時、 健康状態が肌に表れるように、 どういうわけかその

と人の社会的・社交的生活に関わる

しかし、「富」

や「名声」など、こ

さを讃えます。 私達はみな花が好きで、 花はなぜ美しいので その美し

しょう?

Email: info@jodoshuna.org

ように捉えられるのでしょう?

「愛」とは、仏教の視点からはどの

のある顔に変化していくのを見るた

びがっかりします。その「顔」の様

南無阿弥陀仏

净土宗本院·田中孝道

め

ょ な

う (1)

で

見

「愛」から生まれる行為には多くの

子は、

彼らの内面にある「実年齢より

彼らの顔の変化にがっかりする

「私もまったく同じ」

い !!! 嬉しいお知らせです。

浄土宗本院

前号で書いた『驚くほど気が利かない彼女』こと H さん (40 代半ば、未婚) 彼からプロポーズされ、その後すぐゴールインされたのです。

実はお相手のSさん(50代半ば、離婚歴あり)の元カノが勝手にお家に入 り込むという事件があったのです。しかしHさんはかなり動揺したものの、 泣きわめいたりお相手を理由を聞く前に攻めたりはせず、冷静になって彼の 話を聞き、事情が理解できたよう。

生きていたら、このような驚くことや予期せぬ出来事も起こります。そうい うときにお互いを信用して、冷静に話し合えることは大事なのです。

そして、紹介から1ヶ月という速さでプロポーズ。出会ってすぐに一緒に 住み始め、色々なことがお互いにわかった上での決断。一緒に住むとデート だけでは見えないお互いの本質が見えますからね。

とても優秀でご自身の会社で成功を収めているSさんは人を見る目も決断 力もある方。そんなSさんにHさんを紹介したとき、会ってすぐに彼の直感 が働いのでしょう。そして前述の元カノ襲来事件のときのHさんの対応の仕 方を見て尚更、「この人だ」と思われたようです。

Hさんも最初は気が利かない点もありましたが、素直で学習も早く、彼や 彼の親族に対しても色々な気遣いもできるようになったようです。

Sさんはそれまで自分や家族を大事にしてくれる女性に出会ったことがな かったので、Hさんがたまにお料理したり、お掃除のお手伝いをしてくれる のがとても嬉しかったそうです。

こうやってお互いの良い点が引き出され、Hさんも彼の家族やお友達にも 気に入られ今では彼と一緒に心地よい生活をされてるようです。先日も彼の ご家族に手巻き寿司を振る舞って「お料理上手ね」と、すごく褒められたそ うです。これからももっと何かできる事をどんどんやって、彼やご家族と-緒に楽しく生活をしていこうとHさんは思われたようです。

私とHさんの出会いは2007年で、その後Hさんは日本へ帰国、そしてた まに LA にくるという状況でお相手探しは簡単ではなかったのです。今回日本 から意を決して3ヶ月のお休みでこられた日さんに「今回で決めようね」と その言葉通りになりました! 末長くお幸せに!

気軽な -トから始める・ 結婚を前提とした 真剣な関係・・・ みわこに お任せください

全米を結ぶ MIWAKO'S ASIAN CONNECTION

WEB: miwakoac.jimdo.com Miwako のブログ: ameblo.jp/miwakoac

高学歴・高収入の会員多数。アメリカ人、在米日本人の方々が登録されています 長年の経験からの的確なアドバイスをもとに

オンラインでの出会いでは得られない安心した出会いをお届けします。

4. Miwakoac@gmail.com

は歩くたびに9キロの負担がか 3キロ体重が増えた場合、 担が大きくなります。 特に膝や股関節など、

生活を見直して生活リズムを整

材は、

低カロリーなのでたくさ

寒天などの食

たら、

早めに食

年末年始に体重

持ちがよく、

間食を防ぐ効果も

# Dことさつまいもの炊き込みご飯

きのこのシャキシャキ感とさつまいものホクホク感が楽しめる彩の 良い炊き込みご飯。食物繊維もたっぷりで健康な腸をサポート!



#### 【材料/4人分】

- ●エリンギ......100g ●マイタケ.....100g
- つまいも.....100 g ●ツナ缶 .....1 缶
- ●めんつゆ(3倍濃縮
- タイプ).....大さじ2 ●米.....2 合

#### 【つくり方】

- ① 米は炊く30分前に研ぎ、ザルにあげる。
- ②マイタケは小房に分け、エリンギは半分の 長さにして薄切りにする。さつまいもは 7mm 角に切って水にさらす。
- ③米を炊飯器に入れ、めんつゆを加え、水を2 合の水加減にする。(2)の材料とツナを加 えて普通に炊く。
- ④普通に炊き、炊き上がったら全体を混ぜる。

タケのように、まるまる一株ず

を同時に叶えてくれるのが【食 リーを抑えることの2点。これ べ過ぎを防ぐこと、 物繊維を摂取すること】です。 食生活で見直すべきは、①食 ②摂取カロ

多いのでは? 体重の増加は身体

、の負担を増やす原因にもなり、

足への負

るため、食べているうちに脳の

食物繊維は咀嚼に時間がかか

例えば

満腹中枢が刺激され、

膝に

内をゆっくり移動するため、 を予防してくれます。

さらに腸 食べ過ぎ 太ってしまった…」という人も

年末年始が過ぎ「気がつけば

正月太りを改善! きのこの豊富な食物繊維

今年

年をより良

年にするため

V

年が

ス

タ

1

ŀ

しました

きのこで土台となる身体の健康管理を始めましょう

吸着して体外に排出。 える効果や、コレステロールを での栄養素の吸収速度を緩やか ステロール値を低下させる他

バランスよく含むきのこ 水溶性/不溶性食物繊維 ん食べても安心です

と不溶性植物繊維の2種類があ 食物繊維には水溶性植物繊維 高血圧予防にもなります 食後の血糖値の上昇を抑 水溶性食物繊維は小腸

内環境を整えるのにも最適な食 ているため、 にはその両方がたっぷり含まれ 溶性1:不溶性2」のバランス 便通を良くする働きがあります。 を刺激してぜん動運動を促し、 で摂取することが理想。 この2種類の食物繊維は、「水 方

期でもあります。 うすると便秘などの症状が出や れ腸の動きが鈍くなります。 身体が冷えると、 によって腸の働きが鈍くなる時 年で最も気温が低くなり、それ 摂りたい栄養素。この時期は を整えるという点でも積極的に さらに、食物繊維は腸内環境 腸管の運動が抑えら 交感神経が優 気温が下がり

不溶性食物繊維は、 。きのこ 繊維をしっかり摂ることで便の すくなるのです。しかし、 を整える作用も期待できます。 内バランス(フローラ)が改善 カサが増えて排便が促された されたりすることで、 さらに、 腸内の善玉菌の餌となり腸 食物繊維を餌として 乱れた腸

をいつも以上に意識することが 収を抑えると言われています。 腸内細菌が作り出す『短鎖脂肪 脂肪細胞に働きかけて脂肪の吸 内で発生する炎症を抑える他 腸内細菌のバランスを整え、 酸』の働きも注目されています。 年頭は、正月太り解消するた 新しい年を健康で元気に 腸内環境を整えること

材といえるのです。 ダイエットにも腸

過ごせるよう、

♪ホクトのきのこを詳しくご紹介♪ MAITAKE ホクトのマイタケは天然のマイ

つ収穫して販売しています。 穫後まるごとパックするので、新鮮で日持ち。その味の良さから日本で古 くから珍重されてきたマイタケは、旨味が多く歯切れが良いので、和洋中 問わずにさまざまな料理に利用できます。マイタケには、骨や歯を丈夫に するのに欠かせない、カルシウムの吸収を助けるビタミン D が豊富。さら

旨味と香りの強いマイタケは炒め物からスープ、天ぷらなどの揚げ物ま で、さまざまな料理と相性の良い食材。旨味と食感をお楽しみいただくた めに、大ぶりにほぐして調理していただくのがおすすめです。

に、きのこの中でも特に食物繊維が豊富で腸の健康をサポートします。

ホクトのマイタケは、水洗いなしで、そのまま手でほぐし

# 産の100%オ

ホクトキノコは最寄りの日系・アスーパーでお買い求めください!

Hokto Kinoko (USA): hokto-kinoko.com ホクトキノコ(日本):hokto-kinoko.co.jp レシピ (日本):hokto-kinoko.co.jp/kinokorecipe



ほほ…【魔女ともえ】 ど…やっぱり なった方が命名してくれた有難い名前なんです。だけ た」って言われること結構あるんですけど…お世話に をてらって魔女って名乗ってるのかなと思っていまし ているから頭のおかしな人かと思っていました」「奇 かと思ってましたよぉ(笑)」「自分で魔女なんて名乗っ **大人、「実際に話しみるとまともなんてすねす…」」別人人、「実際に話しみるとまともなんてすれす…」」別** 

〝魔女〟ってイメージ悪いのかなぁ…と

この間コスコに行ったときのこと。

娘に「うわ、すごい太ってるね、あの人」と言ったら、

**・マミに言われたくないよね」って言われた。** 

近太ってきてたことは自覚していたけど、

"すごく太っている』と思った人以上だったとは…。 てっ

(私の方が痩せてるけど…)

自分が

私は確実にデブの一員なんだと悟った。【Mさん】

# くらはみんな

若く見られるのは 見られてたの?」 今回のテーマは

> ケアギバーの仕事を友達3人でしています。 私と友達Aは50代後半、友達Bは50代前半。 クライアントさんは認知症ではないのですが、 毎回、「昨日はあなたの娘さんが来てくれた。 あの2人は若いわねぇ~」と言ってくる。 AとBがお世話した次の日に私が行くと、 私はいくつに見えるのでしょうか?【Nさん】

が高く感じてたんだな」と言われました。【Aさん】 るし、普段は高いヒール履いて態度もデカいから、 **】し**と久しぶりに出かけたとき、「お前こんなに小さ りかったかな?ああそうか家ではゴロゴロ床で寝て

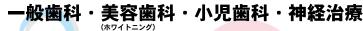
「実際に話しみるとまともなんですねぇ…」「別

もない相手に振られた感じ!(笑)【Hさん】 たらしい…。断られるって思ったよりキツい! 好きで け取ってもらえなかった。どうやら私個人からだと思っ その人にも同じようにクリスマスカードを渡したら受 渡していた。ある年、デリバリーの人が変わったけど 【スに FedEx の方にお店からクリスマスカードを ₹系のショップで働いていたとき、毎年クリスマ

すごく太っている人が前でガソリンを入れていたので、 でぶ!

## あなたの歯 は健

に生きている



- ▶各種保険取り扱います。 まずはお電話をください。
- 気軽に無料相談にお越しください。

9:00am~3:00pm(金·土隔週) 日、祝日

9:00am~6:00pm



ouis F. Yang, D.D.S. **\*カリフォルニア大学** バイン校学位取得

0 08 Sartori Avenue, #100, Torrance, CA 90501



「本当に下手だから」と断るのですが、「ご謙遜でしょう」と言われ 以前、ツアーガイドをしていたとき、飲み会のカラオケで必ず「ガ イドさんだから歌が上手いでしょ? 歌って!」と言われました。 |度と誰も歌えと言いませんでした… (泣)。【Yさん】 う羽目に…。 恥ずかしさを堪えて一曲歌うと、

ないので、ちょっと…、いや、だいぶ嬉しい。【Eさん】 友人達には一度も都会的なお嬢様風だなんて言われたことが と驚かれます。ど田舎の中流家庭で生まれ育ったし、地元の で家族と電話して方言が出てしまうと、 **1**人は地方出身者である。ふとした瞬間だったり、人前人は地方出身者で家が雕てにファッスーして、 「都会的のお嬢様風の顔立ちなのに、バリバリの方言だね」 は地方出身者で家族間では方言を使いますが、外では 聞いていた人に必ず

イコールタバコって思われちゃうんですかねぇ…。 れてから一度もタバコ吸ったこと無いんです。見た目が派手 1 0 0 % 本に居た頃、 ぁ 「止めたんですか?」と言われましたが、 私タバコ吸わないので…」と言うと、 美容院に行くと…必ず灰皿を出されまし 【Oさん】 私 ほぼ

7の仕事の関係で転校が多かった私。 転校早々クラス対 抗リレーがあり、いきなりアンカーに選ばれてしまっ

「誰にも内緒なんですけど 実は私…」• うちの猫はすご一く偏食というか飽食というか、 シャムシャ食べてるから気に入ってると思ってその トフードを大量に買うと二度と食べなかった るんです。そもそもキャットフードって美味し ?なんでちゅ○るはあんなに夢中で食べるの? だけ美味しいの? いろんなフレーバーがある 本当に全部違う味なの?…と思い、好奇心が 抑えきれなくなってしまいました。そう、実は私、 る全種類舐めました www。関係各位にご迷 惑をおかけしないように詳細は控えますが、

ら言ったじゃん。何処に転校しても最初はスポーツ女子と思

落胆しなたらも「ドンマイ!」って慰めてくれたけど…だか アンカーの私がゴボウ抜きにされて…散々な結果に。みんな 結局リレー大会の日に。それまでトップだった我がクラス… の遅いから無理!」といくら言っても、謙遜と受け取られ、 たんですが、運動全般苦手で、特に走るの亀並み。「私走る

われるのはなぜ? 身長が173センチあるから?【Tさん】

と全部違う味で思ったより食べれ たwww あなたにもある誰に っていない笑えるエピソード てください。採用者全員に「ら ゃんメモ」を差し上げます!

: 2023年3月15日]

今はコロナ禍をきっかけに完全在宅勤務となり、意識下降の

一途をたどっています。

【Yさん】

したくないので。健康維持のために仕方なくやってました

ので「ジムとかに通っている意識高い系の人でしょ?」 •本にいた頃は一時間かけて徒歩と電車で通勤していた

次回のテーマは…

実際は運動が大嫌いで、ダイエットも

とよく言われたけど、

えが「難しいけど、A型じゃないことは確実」…。 なぜA型じゃないと思ったのか、 り、私は満場一致でA型と当ててもらえると信じて疑いませ る日の会社の飲み会で血液型あてクイズみたいなノリにな した。【Yさん】 んでした。ところが、みんながかなり討論を重ねえ出した答 **1人**は血液型A型。几帳面で真面目でキチキチした性格で、 怖くて理由を聞けない私 マジかっ?

ない」との黒い噂が流れていることを知った。私って影のフィ 子を持ってきたりするので何だか違和感を感じていたが、「新 わざわざ「おはようございます」だけを言いに来たり、 クサー? なわけないだろ!【Mさん】 人はあの人に気に入られないと評価を下げられ給料が上がら **1** 新しく入ってきた直接関係ない他部署の人たちが、は勤続年数がかなり長くなったおはさん会社員 - 最 は勤続年数がかなり長くなったおばさん会社員。 朝

: lovest@lovest-la.com evest **春に向けてのイメ** ジチェンジは

## Menu

- ヘアカット \$50~
- \$90~
- \$260~
- 🗱 カラー \$90~

料金は髪の長さや技法、使用する プロダクトにより異なります。 詳細はお問い合わせください。

Stylist All Style

@Salon Republic / Torrance

ご予約はお気軽に日本語で

21250 Hawthorn Blvd Suite 170 Torrance CA 90503

心と頭の健康にも役立 つ麻雀を始めてみませんか?

-の指導員資格を持つ女性講師が 初めての方でも楽しく覚えられるクラスを 提供しています。受講者の90%が女性!



体験オリエンテーション(無料)

毎月第1水&土 1pm~2pm

入門講座 (全3回/\$60)

毎週水曜日 10am~12pm

オンライン講座や経験の少ない方向けコースなどもあります!



どのクラスもいつでも見学できます! Junko までお気軽にお申込み/お問合せください。 Email: info@mjstars.net Tel: 424-205-4151

15225 S Western Ave #105 Gardena, CA 90249

# 魔又ともえの秘法力バラ数秘術 2/1~3/31

嘗で選ばれし者にのみ伝承された世界最古の叡智である分がラ。

その神秘を用いた。数に宿る霊力を解き明かす数秘術により導き出される

Life Path numberから読み解くあなたの運勢。

#### Life Path number 9

恵みに感謝→還元し更なる幸運! 宇宙の流れと自分の波動とが共鳴・ 同調する時期ですので、いつもより も勇気に後押しされた行動で毅然と 自信を以って振舞えば大きな恵みを 得るでしょう。そして、その恵みを 宇宙への感謝の表明として周囲の人 達や社会に愛を以って還元すること

で、更なる幸運に恵まれるでしょう。

【開運】大型ネコ科動物。自分らしく。

#### Life Path number 6

新たなマイルール構築をトライ!

マイルールの中で自分のみならず他 者の幸福や成長に繋がるものは残し、 そうでないものは手離し、新たなルー ルを構築していこうという意識を 以って過ごしましょう。一気に変え ることは出来なくても地道にトライ することで波動が変わり状況や流れ に更なる光が降りて来るでしょう。

【開運】ヤギ・羊。 ウォーキング瞑想

#### Life Path number 3

多方向からの判断で糸口を発見! 物事を一方向だけから捉えるのでは なく多方向から判断することをいつ もよりも心掛けましょう。そうする ことで、今迄答えの出なかった事柄 を紐解く糸口が見付かり、停滞して いたエナジーが本来の流れと合流し ていき、毎日をより一層スムースに 平和に過ごすことが出来るでしょう。 【開運】類人猿。仲間・グループ重視。

## Life Path Number の出し方

\*誕生日の年、月、日をそれぞれ1桁ま でバラして足し、最後に1桁にする。 (11 と 22 はそのままにする)

例: 1933 年 12 月 23 日生まれの場合 (年) 1+9+3+3=16 → 1+6=**7** 

(月) 1+2=3 (日) 2+3=5

年月日を足す: 7+3+5=15 → 1+5=6 選近年、年月日を各一桁になるまで計算せず、 年月日を通しで足す世俗的方法が流布した影 響で、33以上のゾロ目も扱う風潮にあります が、魔女ともえにそれを否定する意図はあり ませんが、カバラ本来の解釈としての数霊に 基づいた伝統的計算方法を採用しています。

#### Life Path number 11

バウンダリー確保の交流で成長! 自分が何を望んでいるのか、どうい う考えを持っているのかをきちんと 理解・把握した上で他者との協調や 協力に力を入れれば、よりよいチー ムワークが保たれるでしょう。それ により自己と他者とのバウンダリー をしっかりと確保した交流の中での

#### Life Path number 7

想いのマネジメントで運氣UP!

想いを整えると運氣が更にUPしま す。どういう想いを抱くかをマネジ メントすることが重要です。足りな い事柄よりも満たされている事柄、 不満よりも感謝なことに視点を向け、 恵みの波動と繋がりポジティヴな想 いを出来る限り多く持つ様にすれば、 更なる幸福と繋がれるでしょう。

【開運】熱帯/鑑賞魚。日記・ブログ

#### Life Path number 4

ポジティヴなスタンスをキープ!

予定通り・想定通りにいかないこと があったとしても、それは魂と宇宙 との連携による采配・調整と捉え、 常にポジティヴなスタンスをキーブ しましょう。そうすれば宇宙との信 頼関係が深まり、例え遠回りをしよ うとも、最終的には必ず本来の目的 地に辿り着くことが出来るでしょう。 【開運】鯉。寄り道や遠回りを楽しむ。

#### Life Path number 1

まずは行動することで運氣UP!

この時期は、あれこれ思案するより も動くことで運氣UPしていきます ので、思い立ったが吉日という意識 を以って行動していきましょう。先 が見えない様に思える状況でも動き 出せば目の前に道が拓けていきます ので、躊躇うことなく直感に従って まずは一歩を踏み出してみましょう。 【開運】小鳥。苦手な人にこそ笑顔を。

## Life Path number 22

お互いの成長が尚加速するでしょう。

【開運】チン/ニシキアナゴ。向上心。

個々の独自性という尊厳の再考!

自分と相手の常識が同じとは限らな いということが、頭だけの理解では なくハートにストンと落ちる体験を するでしょう。それが自分と相手、 個々の独自性という尊厳を改めて考 えるチャンスとなり、人間とは何か、 愛とは何かという根源的な悟りが更 に深まるきっかけとなるでしょう。 【開運】カメレオン。趣味趣向・嗜好。

#### Life Path number 8 情報や知識を光として活用する!

情報や知識をただ持っているだけで は宝の持ち腐れですし、使い方次第 では光から遠くなることもあります が、同じことがお金に関しても言え ます。この時期は情報や知識を光と して有意義に活用し活き金を動かし ていくことで、更なる多くの宝を人 生に呼び込むことが出来るでしょう。 【開運】猛禽類。ルーツ・歴史の探究。

## Life Path number 5

他者への愛という種を蒔く時期!

相手の気持ちになってみることで、 自然と思いやりや労わりの心が活性 化します。他者に対して愛の波動を 出すことでこの地に幸福の種が蒔か れ、その恵みが多くの人に伝播して いき、それはゆくゆくは自分のとこ ろに大きな実りとなって戻ります。 この時期は多くの種を蒔きましょう。 【開運】リス。栄養バランスの見直し。

#### Life Path number 2

マイペース及び他者からの学び!

この時期は、自分は自分人は人、と いう精神で過ごした方が何事も上手 く流れていく運氣ですので、細かい ことは気にせずいい意味でのマイ ペースを心掛けましょう。ですが、 その一方で他者から学ぶこともある時 期ですので、バウンダリーを保ちつつ 他者とは積極的に関わりましょう。 【開運】熊。違うブランドにもトライ。

## **测⇔魔女ともえのプロフィール⇔**@



魔女ともえ スピリチュアル・アドバイザー ユタ州魔女スクール卒の全 米初の日本人魔女 (白魔術)、 チャネラー、カバリスト、 ガイド、エーテリック及び 直傳靈氣ヒーラー。

ヘリコプター(事業用) と小型機(自家用)のパイ

ロット及び航空座学教官ライセンス(FAA)、華道教 授(龍生派)、日本の中学校教員免許(英語)を保持。 Weekly LALALA さんに「スピリチュアル物語・相 談」連載中。

個性的なファッションと長い髪。趣味は料理、ド ライブ。オヤジギャグ・ダジャレ好き。

〕☆魔女ともえ☆( Web: www.majotomoe.com お問い合わせ: majotomoe@gmail.com

#### 【活動内容】

- ☆ 完全予約制 Skype セッション \$80/60 分 \$115/90 分 ☆ メール相談 簡易コース \$15 通常コース \$40
- ☆本誌に「秘法カバラ数秘術」、Weekly LALALA さ んに「スピリチュアル物語・相談」連載中
- ♥不定期のスピリチュアル クラス・白魔術教室・ スピリチュアル ツアーの開催

♥著書「地球に生きる宿命を光に変えて」、 オーラスプレー、開運グッズ、等の販売



Amazon Japan ¥1,944 紀伊國屋書店 Web Store ¥1,944 魔女ともえ直売 \$15

#### 【承っているご相談】\*守秘義務厳守

運氣全般リーディング、人生相談、 悩み相談、相性診断、今世の人間関 係の意味、過去世リーディング、今 世でのミッション、オーラ診断、守 護天使、インナーチャイルド・ガイ ダンス、遠隔浄化とパワーチャージ、 プロテクション方法・開運白魔術の ガイダンス、愚痴の聞き役、自慢話 の聞き役、悩みは無いけれど話し相 手として、etc.

♥霊感商法・洗脳・法外な追加料金無し!



# l'ovest 揭示板

## **クラシファイド・申込方法**

リーズナブルなクラシファイド掲示板をご利用ください!

- ★求人 ★美容健康 ★生徒募集 ★ビジネス案内 ★仲間募集 等々 非営利の告知 (友達募集、顧客獲得目的でない無料セミナーなど) は掲載無料です!
  - ■締め切り:奇数月の10日。\*スペースの都合により次号持ち越しの場合あり。
  - ■お申し込み方法:掲載内容と画像がある場合は画像を E-mail でお送りください。

E-mail の宛先: classified@lovest-la.com

- ■お支払い方法:チェック、クレジットカード、Paypal からお選びいたけます。全て前払いにてお願いしております。お申し込み頂きました後で正しい掲載料金を計算しインボイスをお送りします。
- \*郵送は原稿とチェックを l'ovest 16901 S Western Ave #6 Gardena CA 90247 迄

#### ■ 料金 1回 15 ドル

タイトル 10 文字+ 16 文字×5行まで(英文、数字は2文字で1マス) \*以降1行追加ごとに3ドル \*画像:1点に付き8ドル

QR コードも掲載できます! (+\$3 / こちらでも用意できます: \$8)

\*クレジットカード決済は手数料 1%追加

♥ページ下の名刺サイズデコクラシファイド:\$75 年間掲載 \$6 / 1回料金にデザイン料金も含まれます! \*詳細はお問合せください

#### 小さな引っ越し、 大ききな引っ越し

ソファー、冷蔵庫等単品輸送は \$70 から。体の不自由な方の大きなお買い物のお手伝い、病院等の移動、また、粗大ゴミの処理も致します。

ウイークエンドサービス:310-817-9307



#### ◆国語教室◆

#### ◆コンピュータ教室◆

『国語教室』では、一人一人にあったカリキュラムで進んでいます。お子様の日本語維持にお役立てください。(Webページをご覧ください)『コンピュータ教室』では、シニアの方も楽しく学んでおられます。初心者のための教室です。お気軽にご連絡ください。Skype クラス承り中。T&K 教室 洋子まで。

場所: South Orange 電話: 949-542-7197

E-mail: tk.yoko.class@gmail.com Web: tkyokoclass.wordpress.com

#### \*縮毛矯正スペシャル\*



S: \$200 M: \$220 L: \$250 日本製品 (Cut, Styling, ダメージケア込) \*\*\*ツヤ&サラサラヘア\*\*\* 205 S. Mission Dr. San Gabriel 626-282-2842 ヘアスタジオ アルファ



座椅子販売中

レザー張りの座 り心地の良い座 椅子はいかが ですか? \$120。 ご希望の方は

お電話で:

909-861-7043



#### 新規開店ネイルサロン



Karuta Nails

プエンテヒルズ内にある完全個室の サロンで、リラックスしませんか? 清潔な店内、高品質日本製ジェルや マッサージチェアに座り足湯をしな がらのペディキュア等お客様に満足 して頂けることを心がけております。 ★毎月変わる2種類の定額アート有 詳しくは IG@karutanails をチェック! 火-金10am-5pm ±10am-3pm 日月定休 完全予約制 17450 Colima Rd #3 Rowland Heights,

CA 91748

ご予約は日本語で TEXT: 626-225-2370

または QR コードから



# HELP WANTED

#### ▼美容師募集▼

フルタイム又はパートタイム ライセンス経験要。新規客多し。 ビザサポート有。ウェストサイド。 へアーエポック 310-391-1568

#### ラベストフリーランス 在宅スタッフ各種募集

- ●校正&デリバリー/経験不問・要労働許可&運転免許(共に2ヶ月に1回)
- DTP(Indesign)、Web(Wix オンラ インショップの更新など)
- ●在宅:ライター(取材できれば尚可) 詳細は E-mail でお問合わせください。 Editor@lovest-la.com

#### ♥エステティシャン募集♥

アーバイン・ナミズスキンケアでは エステティシャンを募集しています。 時間:応相談/フルコミッション 経験者優遇 Tel: 949-502-5050 E-mail: info@namiskincare.com

日本語で学ぶ、今注目の

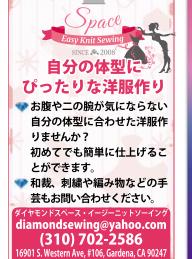




1604 W. 154th St, Gardena, CA 90247

www.kihara-artcraft.com

ラベストでも取扱:310-538-4122



■入り口とパーキングはビルの裏側■



# インショップ www.lovest-la.com 者だけにお届けする

オンラインショップでは他にも 色々「いいもの」を販売中!

lovest-la.com/shop

新着&お買い得情報やメルマガで <mark>お届け!メルマガ購読者だけの割引</mark> もあります! HP のフォームから 購読登録してくださいね!

週7日24時間!※表示価格は予告なく変更される場合がございます 月~金:10am~5pm で TEL: 310-538-4122 オンラインショップ: lovest-la.com/shop

-ソナルチェックでの購入ご希望の方は在庫確認のため<mark>必ず</mark>お電話または E メール(shop@lovest-la.com)でご連絡ください。



Tokyo Beauty セフィーヌ シルキーウエットリクイド 通常 \$48 → \$45.60 送料: \$5



る。5種のセラミドと保湿型ビタミ ン C、熟成マヌカハニーなど 22 種 の美容成分がメイク中も美肌ケア。

Tokyo Beauty セフィーヌ スキントリートメント EX 通常 \$98 → \$93.10 送料: \$5

シワやたるみ、毛穴の引 き締め、ニキビ、ターン オーバーの活性化などの エイジングケアに効果が 高い注目成分レチノール (ビタミンA誘導体)。超 乾燥肌の方や、肌荒れケ アにも。一緒に使う他の 化粧品の浸透を助ける働 きもしてくれます。



持続性ビタミンCを高濃度配合した美白・アンチエイジン グスキンケアシリーズ。さらに注目の美白成分ナイアシンア ミドも配合し肌に透明感をもたらします。また、保湿成分の ヒアルロン酸、抗酸化(アンチェイジング)成分のビタミン

Eや植物性美肌成分もたっぷ り配合。シミ、くすみ、シワ、 ニキビ跡などを改善し、明る く若々しい素肌へと導きます。 合成着色料、香料、パラベン などの有害成分不使用。

エッセンストナー (100ml) 特別価格 \$25 送料無料 ビタミン C セラム (30ml) 特別価格 \$22 送料無料 トナー+セラムセット

\$47→\$39 送料無料



**Tokyo Beauty** 髪蘇物語育毛ローション 通常 \$70 → \$63 送料: \$5



AGE

遂に世界初のハイブ リット処方の育毛剤が。 ①プロポリスの高い殺 菌力で頭皮を健康な状 態をつくる。②高抗酸 化力で頭皮を若返えら せる。③アミノ酸の豊 富な栄養分とホルモン 作用で髪を太くし、育 毛効果を発揮させます。

Tokyo Beauty セフィーヌ ラインケア V

通常 \$50 → \$45 送料: \$5

リンパの流れを高め、 気になるデコボコもほ ぐして滑らかにするス リミング効果を強化 し、さらにバイオの 潤いネットでフェイス ラインをキレイにキー プ!38種の美容成分 がお肌もしっとり滑ら かを持続させます。



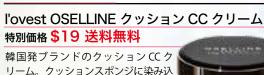
**FROMNATURE** エッセンス化粧水 (150ml) 特別価格:1個 \$24.99 2個セット \$44.98

送料:無料!

ガラクトミセス発酵液が脅 威の 95.7%を占めるエッセ ンスローション。ふっくら と艶やかでハリのある美肌 へと導く。



ガラクトミセス 72.6%配合、 シワ/たるみ改善と美白の2 つの機能を担う美容液。ナイ アシンアミド、パール粉末も 配合でハリと輝きを与える。



リーム。クッションスポンジに染み込 ませたリキッドクリームは高いカバー 力で、コンシーラー、ベースカラー、 ファンデーション、UV ケアの役割を マルチにこなします。少量でも良く伸 び、自然にお肌の色むらをカバーしま す。 カラー:ナチュラル/アイボリー ナチュラル



l'ovest ミネラルボールイオンシャワー

特別価格 \$49 → \$29 / 2 個 \$50 送料:無料!

3種類のミネラルボールが水道水に含まれるカル キ、塩素、重金属、水道管の汚れや錆を中和して 肌や髪、呼吸器にやさしい柔らかな軟水に変える イオンシャワー。水圧で3種類の水流に切り替え られ、大幅に節水もできます。★本体はプラスチッ ク製。★使用頻度にもよりますが3年程度使えま す。使い心地に変化が見られたら買い替え時期に なります。★ホースは付いていません





一番人気のエッセンス(化粧 水)と、いつものスキンケア ルーティーンに組み込みやす いアンプル(美容液)のお買 い得セット。



エッセンス、アンプル、フルイド (乳液)、クリーム必要な基礎化粧品

4点を一つの ボックスに入 れたお買い得 セット。



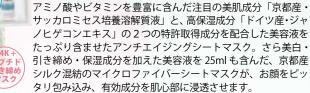


## LANBENA アンチエイジング美容液シルクシートマスク

①ビタミン C 美白マスク6枚セット ②ヒアルロン酸保湿マスク6枚セット ②ヒアルロン酸保湿マスク6枚セット 種類はお任せください ③ 24K+ ペプチド引き締めマスク6枚セット ※なくなり次第プ終了 ④美白・保湿・引き締め2枚ずつ6枚セット ※1人様1回収り

- +2枚プレゼント

通常1枚 \$4.50 → \$2.50/ 6枚セット \$15 送料無料





スペシャルセットは2月中旬入荷予定

#### 銀座トマト USA Chieco オールインワンジェル 特別価格: \$52 送料: 無料!



ダマスクローズ由来のプラセンタエキスや植物幹細胞エキス、3種のヒアルロン酸配合の多機能ジェル。化粧水、美容液、保湿ケアなどの働きで洗顔後はこれ1本で美白、エイジングケアが完了!日本製。160ml

#### 銀座トマト USA ローズプラセンタ・ジュエル 特別価格:<mark>\$65</mark> 送料:無料!



1包にバラ 100 本分の バラプラセンタ®とダ マスクローズのオイル とウォーター、ローズ ヒップエキス、コラー ゲン、ビタミン C など

の美容成分が入った内側からサポート する美肌促進ゼリー。30 包入り

#### LED ネック&デコルテセラピー 通常 \$129 → \$69 送料:無料!

シリコンベルトに埋め込まれた56個のLEDが首やアゴ、デコルテのアンチエイジングを促進する首元専用のLEDセラピーマシーン。胸元の開いたファッションも楽しめる若々しい首元に!USB充電式でハンディに持ち運べるので、家事やデスクワークをしながらでも使用できます!LEDの色別効果

黄/シワ、たるみ、乾燥 青/皮脂・ニキビ 赤/くすみ・シミ 紫/抗炎症・殺菌・保湿



Scent of Lavender HydroPeptide ソーラーディフェンス 通常 \$48 → \$44 送料: 無料!



自然なベージュ(ティント)でファンデーションの要らない CC クリーム。SPF30で紫外線から肌を守りながらアンチエイジングスキンケア効果も発揮。(50ml)

#### Scent of Lavender グランデラッシュ MD まつげ美容液 特別価格: \$65 送料: 無料!



数々の美容アワードを受賞し、美容のプロが一押 しのまつげ美容液。まつ げの育成を促進するビタ ミンやアミノ酸プロテインを配合し、ぐんぐんま つげを伸ばす!メーカー 正規品。

#### Scent of Lavender/i-bright 歯の LED ホワイトニングキット 通常 \$160 → \$86 送料:無料!

特許取得の LED ライトでデンティスト級の歯のホワイトニングがお家で実現!刺激の少ないフォーミュラで短期間に白さの違いを実感! USB 式



ヘアライン白髪隠しコンシーラー ①黒 ②ダークブラウン ③ブラウン 特別価格: \$14.99 送料: 無料!

お出かけや必要な時だけ生え際を力



バー。コンパクト 式で持ち運びも便 利。パウダーをパ フにつけてなぞる だけ。シャンプー で簡単にオフ!

#### Scent of Lavender Nuface Trinity PRO 特別価格 \$339 送料:無料



FDA 認可の庭用フェイスリフトを開フトマシーン。マイクロカレントが表情的と皮下組織をもかけ、たる常品を対しまりも15%パテップでエステ級の効果でアンチエイジ

#### Scent of Lavender Hydropeptide ファーミングビタミン C マスク 特別価格 **\$68** 送料: 無料



サロン専用の リフト& 使用 毎に開する 毎別パック。 シートマスク に付いたドラ

イビタミン C をヒアルロン酸など配合のアンプルでアクティベート。新鮮な有効成分が肌の奥まで浸透!

#### LIFEWAVE アラビダトリオ 通常 \$199.95 → **\$159.95**

送料:無料!

光線療法を応用した独自のフォーミュラのスキンケアと幹細胞パッチ。使い始めたその日からお肌の違いを実感。体の内側と外側の

両方から若々しい輝きを 取り戻していきます。

セット内容: 約2ヶ月分 (目安) \*パッチ 30 枚セット x 2 \*ナイトクリーム 50ml \*デイクリーム 30ml

#### LIFEWAVE

Y-age グルタチオンパッチ 特別価格 \$79.95 送料:無料!

抗酸化物質を生成しデトックス促進 と免疫強化をサポート。各免疫疾 患、肌老化、アレルギーなどの改善 をサポート。膵臓、肝臓、腸、副腎、 視床下部、脳下垂体の細胞の働きが 70%向上した研究結果もあります。



Dr. Diego Infinity Wellness MD レチノールボディ引き締めローション 特別価格: \$81 送料: \$5



肌にハリを取り戻すレチノール配合のボディファーミングローション。セルライト、シワ、ストレッチマークなどをを引き締め、ヒアルロン酸、セラミドなどの保湿成分が肌の滑らかに整える。

#### Dr. Diego Infinity Wellness MD レチノールアイリペアクリーム 特別価格: \$95 送料: \$5

目の周りの小じわやシワを滑らかにする医療グレードのアイクリーム。マイクロサイズの有効成分(レチノール、ヒアルロン酸、アルニカなど)が肌の奥まで浸透し、クマやむくみを改善し、最小限に抑えます。



LIFEWAVE Shine & Dream エッセンシャルミストセット 通常 \$106 → \$95 送料:無料!



厳選されたハーブとエッセンシャルオイルに LIFEWAVE 独自の活性技術を導入した水をプラ

ス。Shine は朝に使って1日の活力 を、Dream は夜、質の良い睡眠を 運んでくれるアロマミストです。

#### LIFEWAVE 肝細胞活性化パッチ X39 通常 \$149 → \$120 送料: 無料!



特許取得の銅ペ プチドパッチが 老化して衰えた 幹細胞を活性化 し細胞から若生化 り、肌、髪、傷

や傷跡、免疫力などの回復を体の内 側からサポート!

#### Nami's Skin Care Schrammek ブレミッシュバーム 通常 \$75 → \$67.50 送料: \$9



グリーンピールを開発したドイツの自然派サロン御用達ブランドが提供する元祖BBクリーム。肌に優しい処方。

#### Nami's Skin Care m'lis トータルボディクレンスキット 通常 \$76 → \$69 送料: \$9



ダイエット中に不足しがちな栄養素を補う7日間のファスティングプログラムサポートサプリの詰め合わせ。オオバコなどの天然成分

が体内の老廃物の排出を促進し、7 日間で大幅な体重減も期待できる。

#### Nami's Skin Care TIZO ミネラルサンスクリーン 通常 \$41.99 → \$39 送料: \$6



皮膚科医も推薦する肌 に優しいサンスクリー ン。オイル、防腐剤、 パラベンなど無添加で、 サラリとしてテカらず 肌にスッと馴染んで マットな仕上がりに。 TIZO 2: レギュラー TIZO 3: ティント

#### 女性の幸せと潜在能力を引き出す ムーンストーンブレスレット 特別価格: \$29 送料: 無料!



満月のように青みがかった乳白色が神秘的なムーンストーンにはインスピレーションと豊かな想像力の象徴。また女性に確かな愛と健やかな心身をもたらす。

## ラベストは毎偶数月の1日頃発行。次号 2023 年 4 月号は 4 月 1 日頃配布予定です!

l'ovest No. 231/Apr. 2023

へんしゅうこうき

ラベストでは以下の制作業務も承っております

\*チラシ、葉書、ポスター、メニューなどの印刷物デザイン

詳細、お問い合わせ・見積もりは 310-538-4122 または design@lovest-la.com までお気軽に!

\*ホームページ(オンラインショップ)制作

新年のご挨拶が大変遅れましたが 今年もどうぞよろしくお願いいたし ます。占い特集は楽しんでいただけ ましたでしょうか。3種類の占いの 結果はいかがでしたか? 私は偶然に も3種類とも、成功に向かって新し いことに挑戦しよう、という内容の 結果でした。普通3種類あったら、 あっちは良いけどこっちはダメとな りそうなのに、全部重なるというこ とは、本当にそういう年なのでしょ うw。コンプライアンスに厳しくなっ た最近の占いではハッキリと大凶運 だと言われることはほとんど無いで すよね。私の結果の「新しいことに 挑戦すれば成功する」というのも、 言い換えれば修行の時期、派手に動

き回らず勉強でもしとけって感じで すよねw。ところで、後から知った のですが、いつにも増して自分を振 り返る時間が持てなかった昨年、私 は大殺界、竒楽も占星術も悪い星回 り。でも知らないかったせいか、特 に悪いこともなく平凡な1年でした。 当たるも八卦当たらぬも八卦、信じ るか信じないかはあなた次第。良い 結果を信じて明るく過ごせば幸運も 舞い込むし、悪い結果に怯えていれ ば少しのことでも不幸に感じてしま う。良いことだけ信じると言う人が 多いですが、それが正解だと思いま す。それで何かが好転するなら、やっ ぱり占いはこの世にあったほうがい いのかな、と思います。(MK)

※動画制作

回答方法:① lovest-la.com の More メニューにある回答フォームで。

②Eメール: lovest@lovest-la.comまで質問番号と回答を送って下さい。 ③郵便: l'ovest 16901 S. Western Ave, #106, Gardena, CA 90247

から登録してください。下のQRコードから飛べます!

いいもの通販の商品の割引や送料無料特典などもあります! のメル lovest-la.com のトップページ

チャンネル企画 ^^;

チャンネル紹介しますので

(内容検討の上)

ご連絡くださいね!

掲載内容は中止、変更することもありますのでご了承ください

まだまだオススメアイデア募集してます! ネタは揃っているのにスペースがなくて全然遂行できないおすすめ 春にぴったりな美容特集をお届けします! いメイクやネイルで外へ出かけませんか? 次号では最新メイクアイテムやメ YouTube ネイル、 次号ではできるかな? パーマネントメイクなど、 LAで活動中の YouTuber さん、 できますように! おしゃれに自分を彩る YouTbue

の特別美容企

明るく暖かな陽射しに包まれて心がウキウキし始める春はもう目の前! 分を彩る春のメイ ッ

今月のプレゼント!

アンケートにお答え頂いた方の中から抽選で進呈!

#### 佐藤製薬

ドーピングに引っかからないから アスリートにもオススメのエナジードリンク

### Yunker NSF20 本パック 5名様にプレゼント!

ホームページの解答フォームが便利! \*アンケートは全ての項目にご回答ください。

応募締め切り:3/15/2023

※当選の方はラベストオフィス(ガーデナ)でピックアップに

	希	望	롐	品	名	÷
--	---	---	---	---	---	---

- 1. お名前:
- 2. 電話番号\*当選のお知らせが出来る番号:
- Eメール: 3.
- 4. 住所:

職業: a. 学生 b. お勤め c. 自営業 d. 主婦 e. 家事手伝い f. その他

6. 年齢: \*年代だけでもOK 7. この号をピックアップした街: お店:

#### 今後のラベスト向上のため、以下のアンケートにご協力ください。

- あなたはラベストを…
  - ・毎号読む あれば読む ほとんど読まない ・今回初
- 8. 美容、健康に限らず、情報が欲しいカテゴリーはありますか? 例:健康保険、病院、子育て、ビザ、出会い、結婚、離婚、老後、終活 等々
- 10. この号の感想やご意見・ご希望、質問、最近の出来事、笑える話、 恐怖体験などをお寄せください。次号『ぼく生き』のお題、「誰 にも内緒なんですけど、私…」への投稿もお待ちしています!本 誌採用の方にはらべにゃんメモを差し上げます!

9. あなたの好きな YouTube チャンネルを教えてください チャンネル名:

Fh.	たチ・	ェンネ	11/2	好き	な理由	はっ	:

-		

LIFEWÁVE®

# 世界初、自己の幹細胞を活性化 !

幹細胞活性化パッチ・X39で若さを取り戻しましょう

DNA の数千の遺伝子を若い状態に書き換えることが実証されました

#### 銅ペプチド "GHK" の利点

この幹細胞活性化パッチは、銅ペプチド、または GHK-CU\* を増幅します。これらの物質は、幹細胞の活性化とともに、全身の健康、傷などの治癒、細胞の再生などを助けることが実証されています。

#### 期待できる X39 の働き

- \*細胞そのものの活力をアップ
- \*良質な睡眠へと導く
- \*痛みの劇的な軽減・解消
- \*若く美しい肌の再生
- \*スタミナ・体力の向上
- \*痣、傷跡が目立たなくなる
- \* 自然にできた創傷を改善する
- \*若さをリニューアル

(DNA 内の幾千もの遺伝子が若く健康な状態にリセットされる)

幹細胞の活性は 20歳を過ぎると衰え始め、60 代でほぼ停止し、肌や体内に様々な問題が生じ始めます。しかしこの幹細胞ではパッチを貼ることと、び幹細胞が活性化し、コラーゲンを増やして若々しい肌が再生されます。





※この商品は医療的な治療を目的としたものではありません。 また、結果には個人差があります。

# SHINE & DREAM エッセンシャルミストコレクション

SHINE O.34 fl.oz. DREAM 0.34 fl.oz. DREAM 0.34 fl.oz.

独自技術で活性化された水と厳選されたヒーリングハーブをブレンドし、瞬時に吸収できる アロマミスト。手首にスプレーし、7~8回アロマの香りを吸い込んでお使いください。

#### **SHINE**

- \*全身の健康をとエナジーを促進
- \*爽快な目覚めを促すアロマ
- \*1日の活力と集中力をアップ!

#### **DREAM**

- \*癒しとリラクゼーションを促す
- \*全身の感覚を沈めて安らぎを与える
- \*感情を落ち着かせ質の良い睡眠へ導入

#### 科学的知見に基づく厳選原料

#### く共通>

- \*カナダ松花粉:強力な抗酸化作用と抗炎症作用など
- \*トンカットアリ:ホルモンバランス調整、免疫力強化など
- <SHINE 独自配合のエッセンシャルオイル>

ブルースプルース、パイン、ジンジャー、セージなど

<DREAM 独自配合のエッセンシャルオイル>

ムクナ豆、ジャスミン。ラベンダー、セージなど

## スキンケアを変えてお肌の若さを蘇らせましょう

科学的裏付けがあり、臨床試験で効果を実証済みの特計製品『アラビダトリオ』は、体の内側と外側からアプローチしてお肌を改善します。98.6%の天然植物素材\*が肌に必要な栄養分を常時供給し、毎日美しい肌を育みます。

\*マイクロ藻類オイル、米ぬかオイル、ミルクペプチド、モリンガバター、ビタミン C等



X39 とグルタチオンパッチ 3ヶ月使用後、4ヶ月目か らアラビダトリオを追加。

- ●血圧と血糖値が正常に
- ●五十肩が改善
- ●足のむくみが改善
- ●睡眠障害改善
- ●輝く肌を取り戻した

## 自然と科学の完璧な調和

# アラビダトリオ

- ●デイリーリフレッッシュ フェイシャルネクター<昼用クリーム>
- ●ナイトリーリストアフェイシャルクレメ <夜用クリーム>
- ●アラビダパッチ<肌細胞活性パッチ>

『X39 幹細胞活性化パッチ』との併用でより高い効果を実感できます。

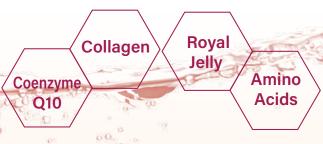


商品のご注文・ディストリビューターお問い合わせはお気軽に日本語で Miz まで TEL: 909-861-7043 E-Mail: stemcellact@gmail.com, Website: www.stemcellact.com



# Q10@COLLAGEN PEPTIDE

コエンザイムQ10 とコラーゲンのダブルアクション!



## こんな方におススメ

美容と 健康の為に 内側から 輝きたい方

お肌にハリつや・ うるおいを 与えたい方 いつまでも 若さを維持 したい方

- ♦ Who want to stay young & healthy.
- For busy working women.
- ♦ Who want to improve heath & beauty.
- ♦ For healthy tone & lustrous skin.



OIO
COLLAGEN
Yogurt Fineor
Yogurt Fineor
TFL OZ (30 mil) ×10

- Volume : 30mL×10bottles
- Ingredients (per 1bottle)

  Coenzyme Q10 ----- 15mg

  Collagen peptide -- 500mg



Manufactured by

SATO PHARMACEUTICAL CO., LTD.
1-5-27 MOTOAKASAKA MINATO-KU TOKYO, JAPAN

**美容と健康の** 



きゅつきゅ!

BEAUTY