



Bimonthly Japanese Magazine
kirei and Genki Trends For you!

ラベスト
lovest

No. 231
Apr. 2023

最新的话题や
通販情報が満載の
ラベストめるまが配信中!
講読お申し込みは
lovest-la.com

春のビューティー企画

春のメイクアップ講座

美人度&若々しさ UPのメイクポイントを覚えよう♪



Product of Japan

Chargel™

1日のスタートに！ 運動前に！
エネルギーとビタミンをすばやく補給

HI-CHEW のメーカーだから
おいしいフルーツ味



グリーンアップル

ホワイトグレープ

ストロベリー

お買い求めはお近くの日系マーケット、またはオンラインストアにて



MARUKAI

Mitsuwa
MARKETPLACE



Seiwa market
Japanese grocery

TOKYO CENTRAL
Specialty Market



CHARGEL.COM



AMAZON.COM



lovest 2023©
No. 231 APR / MAY 2023

PUBLISHED BY RYOU ENTERPRISES, INC.
16901 S WESTERN AVE. SUITE 106
GARDENA, CA 90247
(310)538-4122/PHONE / FAX

WEBSITE: WWW.LOVEST-LA.COM
E-MAIL: lovest@lovest-la.com

広告インデックス (五十音/A~Z)

■医療/健康関連

Lorraine Diego M.D.....
.....Inside Front Cover
Louis Yang's Dental.....14
Nishida Shiatsu Center..... 8
Shin Family Medicine &
Laser Center.....3

■クラス・習い事

Diamond Space Easy
Knit Sewing.....17
Kihara Art Studio.....17
LAPOM (Majan Class).....15

■小売り

Aquolia.....17
Sho Hoseki2 (Index)

■健康/美容商品関連

Ginza Tomato USA.....
.....Inside Front Cover
Lifewave.....21 (Inside BC)
Sato Pharmaceutical.....
.....11 & Back Cover

■寺院

Jodoshu North America...10

■食品/フードサービス/飲食店

Hokto Kinoko.....13
Morinaga America.....1

■スピリチュアル/占い

Dragon God.....15
Majo Tomoe.....16

■パーソナルトレーナー

FitBody (Mike Miyamoto) .. 8

■ビューティサロン/ SPA

April's Skin Care.....6
B-1 Hair Studio.....2 (Index)
Bellute Beauty Studio.....9
Cenka Healing Salon.....5
Nami's Skin Care.....12
Salon de KIREI.....17
Yoshimi du Japon.....6
Yukako Hair Removal.....5

■マッチングサービス

Miwako's Asian Connection...10

春のビューティー企画 春のメイクアップ講座 4

連載

カリスマトレーナー・Mike 宮本の/ビューティダイエット	8
西田先生の指圧講座 / 女性のための現代・指圧講座	8
ビューティーおたく KUMIKO が贈る/美魔女道	9
浄土宗本院：田中住職が説く/女性のためのお坊さんコラム	10
MIWAKO のカップル誕生物語/おひとり様からおふたり様へ	10
サロンオーナー Kanaco の美容コラム/美ラボ総合研究所	12
ホクトキノコ提供/きのこで菌活!	13
読者アンケート/ぼくらはみんな必死に生きている!?	14
魔女ともえの今月&来月の占い/秘法カバラ数秘術	16
クラシファイド/ラベスト掲示板	17
ラベストいいもの通販	18

本誌に掲載されている写真、記事等の無断転載を禁じます。本誌掲載の広告(クラシファイドを含む)内容に関しまして、当社では一切の責任を負いかねます。We reserve all rights for any articles and pictures in this magazine. We are not responsible for the advertisements including classified ads placed in this magazine in any way.

B-1

Hair Studio

一人ひとりの隠れた魅力を引き出します。

Price List

- *カット (女性) 女性 \$55~ 男性 \$50~
- *パーマ \$120~
- *縮毛矯正 \$250~
- *カラー (フル) \$105~
- ハレィヤージュ/デザインカラー \$180~
- *ケラチントリートメント \$150~

完全予約制◆ご予約はテキストで (日/英)

Text: 562-682-4324

Salon Republic
21250 Hawthorne Blvd.
Suite 170, Studio #110
Torrance, CA, 90503

Hair Stylist Reina

Sho Hoseki Ltd.,

いつまでも大切にしたい思い出を
心の小さな輝きに
ジュエリーのリメイクスペシャリスト

1912 Greenfield Ave.
Los Angeles, CA. 90025
310-316-9454
www.shohoseki.com
sho33uki@gmail.com

ご注文の際は事前にお電話、又は
メールでご連絡をお願い致します。

DR. SHIN

EXP. 5/31/2023

Spring Special

EXOSOME REJUVENATION THERAPY

エクソソームは体内のほとんどの細胞で分泌されている細胞外小胞の一種で、幹細胞の構成要素です。長年にわたる研究で様々な皮膚トラブルを修復し、皮膚再生効果を発揮することが証明されました。エクソソーム療法は以下のような効果が臨床的に証明されています。



- ・小ジワ、シワ、シミ ・肌に透明感と潤いを与える
- ・赤みと肌の炎症を改善 ・傷痕や癬痕を目立たなくする
- ・肌を滑らかに整え毛穴を目立たなくする

NCTF 135 HA
(AKA CHANEL INJECTION)

HYCOOX
Multi Suction Injector



- 1 times Treatment \$ 500
- 5 times Treatment \$2,000

- ・小じわ、シワを改善
- ・柔らかくキメの細かい滑らかな肌へ導く
- ・肌水分量をアップして潤いのある肌へ
- ・傷跡を軽減 / 皮膚トラブルの修復と治療

INFINI with RF を選ぶ理由

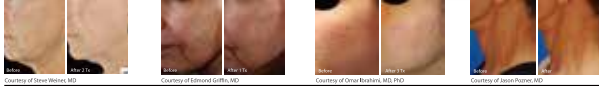
- * 熱効果による凝固領域を広範囲に形成
- * 正確な均一なエネルギー供給
- * オート設定
- * 全ての肌タイプの方に
- * 利用しやすい低価格帯
- * 最小限のダウンタイム (24 時間後にメイク可能)
- * 施術後のお手入れも簡単
- * 34 ゲージの極細マイクロニードルで痛みを軽減

INFINI Laser

★ 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



スリミング・インジェクション

二重あごの方、ハリのないたるんだ肌の方、
顔に余分な脂肪が多い方に最適です。



1. 安全な注射ですので、入院の必要はありません。また、施術前の準備も何も必要ありません。
2. 顔の様々な部位に注入できます。
3. たるんだ肌を持ち上げて滑らかにすることができます。
4. ダウンタイムはありません。施術後すぐに日常生活に戻ることができます。
5. 目的の効果に応じて、何度も注入できます。

PRP

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能が働いています。PRP 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。

期待できる効果

- ★ コラーゲンの生成をアップ
- ★ たるんだ肌を引き締める
- ★ シワ、小ジワの軽減
- ★ 肌の水分量を整える

Thread

Increases face volume

スレッド (糸) が皮膚を刺激し、コラーゲンの生成を促進。糸は時間の経過と共に自然に体に吸収され、溶けた後は皮下に組織線維芽細胞 (細胞外マトリックスとコラーゲンを合成する細胞の一種) を生成します。これによりたるみを引き締め、ふっくらとした若々しくハリのあるフェイスラインへと導きます。



World Most Advanced PICO LASER!



PICO CARE MAJESTY INTRODUCE PRICE

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

- 1 Time \$ 500
- 10 Time \$3,500

MLA

- 1 Time \$ 600
- 3 Time \$1,600
- 5 Time \$2,500

Beyond nano experience real PICO!
250 Picosecond Nd: YAG laser

▶ IPL IPL フォトフェイシャル治療により、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 toning

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。

- 1 times \$200
- 10 times \$1200

Laser Removal

- ▶ ほくろ、イボ
- ▶ 黒色育毛性母斑
- ▶ 脂漏性ケラトシス

▶ Hair Removal (レーザー脱毛)

アッパーリップ、ワキ、アゴ、スネ、ビキニ

Allergan
Allē
by Botox® and Dysport®

BOTOX®
→ \$12 / unit

Juvederm®
ULTRA PLUS XC
→ \$500 / Syringe

VOLUMA™ XC
→ \$800 / Syringe

SUNEVA
bellafill® \$800 / Syringe
\$4,000 → \$3,500 5 / Syringe

SHIN FAMILY MEDICINE & LASER CENTER

shinfamilymedical@gmail.com

drshinclinic.net

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

若々しさ&美人度アップ!

春のメイクアップ講座

長く寒かった冬も終わり、やっとカリフォルニアにも春がきました。明るい日差しに映える生き生きとしたメイクで外に出かけませんか？
メイク一つで気持ちも人生も変わるかもしれませんよ！
今回は、メイク特集第一弾としてベースメイクづくりと、若返りメイクのポイントなどをご紹介します。次号では応用編や話題のメイクアイテムをご紹介します！

美人メイク最大のポイントは「ベースの肌作り」

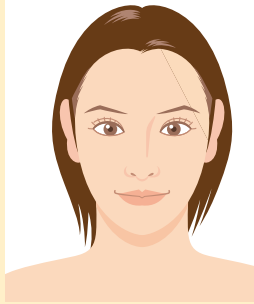
たとえ気になるシワやシミがあっても、生き生きと見える健康的でなめらかな肌は、あなたの見た目年齢を下げ、美人度を上げてくれます。

若々しく見えるツヤ肌を目指すなら、自分の肌の色に合うプロダクトを選び、手抜きせずしっかりとベースメイクに取り組みましょう。

日本人の肌の色は大きめに分けて、黄色みがかった「イエローベース」とピンクがかった「ブルーベース」の2つに分かれます。左の表で自分の肌の色を知り、正しいメイクカラーを選びましょう。
また美しいベースづくりには、リキッドファンデーションとコンシーラー、フェイスパウダー、ハイライト&シェーディングは必需品。しっかりと使いこなして、透明感のある肌を目指しましょう。

あなたのベースカラー診断

イエローベース

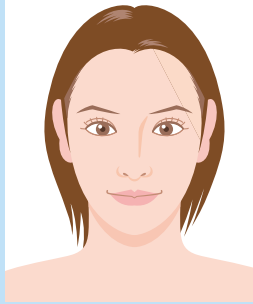


どちらの特徴が当てはまりますか？

イエローベースの特徴

- *手首血管の色が緑に見える
- *手のひらがオレンジ、黄色
- *瞳の色が明るい茶色
- *唇の色がオレンジ、赤紫
- *肌の色が黄色っぽい
- *日焼けすると黒くなる
- *ゴールド系が似合う

ブルーベース



ブルーベースの特徴

- *手首血管の色が青く見える
- *手のひらがピンク、赤
- *瞳の色が黒か濃い茶色
- *唇の色が青みのあるピンク
- *肌の色がピンク、赤っぽい
- *日焼けすると赤くなる
- *シルバー系が似合う

似合うメイクカラー

イエローベースの肌には暖色系や黄色みがかった色合いが似合います。

■ファンデーション

オークル系/ベージュ系
*白すぎるものはNG

■リップ

コーラルピンク・オレンジ
黄みがかった赤・ブラウン

■チーク

赤・ブラウン

■アイシャドウ

ブラウン・サーモンピンク・
カーキ・ターコイズ・イエローグリーンなど。
光沢はゴールドやラメで

ブルーベースの肌には寒色系や青みがかった色合いが似合います。

■ファンデーション

ピンク/ピンクオークル

■リップ

ピンク系・グレー・ブルー・
ブルーブラウン

■チーク

ローズピンク・ビビッドピンク、
ラベンダーピンク

■アイシャドウ

パステルカラー・モノトーン・
ブルーグリーン・パープル・マゼンタなど。光沢は
シルバーやパールで

ポイントは透明感！若く見える 基本のベースメイク

色ムラやシミはしっかり隠してベースの肌トーンを整え、ハイライトとシェーディングでメリハリをつける！

- ①乾燥した肌は絶対NG。メイク前にしっかりと保湿をして肌を潤し、なめらかに整える。
- ②ムラなく伸びるリキッドファンデーションがおすすめ。指先かスポンジで、必ず下から上、内側から外へムラなく伸ばす。
- ③シミやくすみが目立つ箇所はコンシーラーでピンポイントでカバーし、ファンデーションに馴染ませる。
- ④フェイスパウダーは、Tゾーン、小鼻の脇、顎など化粧崩れしやすい箇所に。
- ⑤ハイライトは眉間、鼻筋、鼻の頭、顎、眉尻の上下、頬の一番高い部分、上唇の山、下唇の際、顎に入れる。
- ⑥シェーディングは顔の周り、頬骨の下、頬の下から顎に入れる。

ハイライトは点線で囲んだ部分に入れる

セフィーヌ シルクモイスチャーカラー

(リキッドファンデーション)

SPF50+ PA+++ パフ付 30g/\$54

美容液成分70%のリキッドファンデーション。時間がたってもくすみにくく、メイクオフ時にファンデーションを毛穴に残さない、ウォーターベース処方。肌と一体化したような自然な仕上がりで、素肌そのものを美しく見せてくれる

セフィーヌ

ホワイトニングコンシーラー UV \$48

カバー力に優れ、シミや気になる部分を隠しながら明るく整えるコンシーラー。ファンデーションとのなじみが良く、自然な仕上がり。ビタミンC配合で使えば使うほど白肌へ。

セフィーヌ商品取扱 Tokyo Beauty 310-787-8888

Web: tokyobeautyproducts.com

Osseline クッションCCクリーム

15g/\$19 (ラベスト通販: P18)

メイクベース、ファンデーション、UVケア、保湿ケアを兼ねたCCクリーム。少量でよく伸び、自然に肌の伊ムラをカバー。



若返りメイクのコツとNG

よく、若い頃のままのメイクをしていくとかえって老け顔になってしまうというのを聞きます。かと言って地味なメイクでもやはり老け顔になってしまう…。そこでここでは、若々しく見えるメイクのコツを年代別にご紹介します！ いくつになっても可愛く綺麗でいられるテクニックを覚えましょう！

老け顔をつくる5つのNG

- ① 細かい、薄い眉。逆に太く濃い一直線眉。
- ② 立体感のないのっぺりとした厚塗りのベースメイク。
- ③ まつ毛が多すぎる、長すぎる。
- ④ 目を囲むように描かれたためのアイライナー。
- ⑤ アイメイク、チーク、リップなど色を使う部分がやたらと濃い。

30代・40代の若返りメイクはツヤ肌と上品な目元が決め手

★ツヤ肌づくり

30歳を超えると10〜20代に比べて、毛穴の開きや小ジワ、くすみなど肌の衰えが気になり始めます。そこでポイントとなるのが肌を見た目のツヤと潤い。ファンデーションはオイリースキンの方でマット仕上げではなく、ツヤ感の出る保湿効果のあるリキッドかクリーム系を選びましょう。スポンジですすらずに細かくトントンと叩きながらムラのないよう塗ることがポイント。小鼻の脇や髪の毛の生え際もしっかり塗りましょう。塗り終わったらティッシュや未使用のスポンジで押さえてテカリを抑えましょう。ファンデーションだけではカバーできない場合は、ピンクやパール系のベイスカラーを使うとツヤ感が出ます。

のっぺり顔にならないように顔にメリハリをつけるには、ハイライターとシェーディングが一つになったフェイスパウダーパレットや、ダブルヘッドのスティックが便利。
*ともに参考商品：Amazon.com



フェイスパウダーは光の反射を利用してシワやくすみを目立たなくして超微粒子タイプを選びましょう。メリハリをつけるハイライトとシェーディング(前ページ参照)も必須行程。とくにBBクリームは、カバー力が高く日焼け止め効果もあるので便利ですが、顔全体に塗るとのっぺりした仕上がりになるのでメリハリメイクを心掛けましょう。

★目元づくり

濃すぎるアイメイクは全体的に厚化粧感が出て老け顔に見えやすくなります。アイシャドウのビビッドな色ではなく、ブラウンやベージュ系で、品良くまとめるのがおすすめ。自然で立体感のあるアイメイクに仕上がります。

マスカラやアイライナーもやわらかい雰囲気に見えるブラウン系カラーや、カーキがナチュラルな若返りメイクにぴったり。アイラインはまぶたのキワに沿ってまつ毛の間を埋めるように細くアイラインを入れることで自然な目元に。さらに目尻をやや(2〜5ミリ)長めにスーッと伸ばして描きましょう。

50代・60代はベースメイクの色選びにもこだわりましょう

★ツヤ肌づくり

50代以降のベースメイクづくりはシワやシミなど肌の色ムラをカバーしながら自然なツヤ感を目指します。肌色に近いコンシラーでシミやそばかすが目立つ部分をピンポイントでカバーしたり、肌の赤みやくすみを気になる場合はコントロールカラーの下地を使いましょう。

コントロールカラーの選び方

- ☆赤ら顔やニキビ跡をカバー↓グリーン
- ☆血色を良く見せツヤ感を出す↓ピンク
- ☆黄味や赤みを抑え明るく↓パープル
- ☆黄ぐすを抑えて透明感アップ↓ブルー
- ☆クマや茶ぐすみをカバー↓オレンジ
- ☆色ムラをカバー↓イエロー



気になる部分だけに使えるチップタイプも人気。参考商品：Amazon.com

★目元・チーク・リップ

アイシャドウはラメやパール感の強いものは目元のたるみやシワを強調してしまうので避けましょう。色は目元を明るくさせるピンクやベージュ、ブラウン系がおすすめ。アイラインは太くなりすぎないようにまつ毛の間を埋めるように細く描き、目尻を少しアップしながら長く描きます。

チークは若い頃のように頬骨に沿って入れるのではなく、頬の一番高い位置にふんわりと入れることで、顔の下半分のたるみをカバーできます。リップも品の良いツヤのある自然な色を選びましょう。マット系はNG。

サウスベイ・人気ヘアサロン内での

針による永久脱毛

日米合わせて20年以上の経験を活かした丁寧で確かな技術

新規の方、通常3ヶ月間10%オフを5ヶ月に延長!

27MHzの高周波数で痛みが軽減!
施術後のアフターケアもグンと楽に!

■基本料金設定：\$80/60分
*ミニマム：\$40/20分(5分毎に\$5加算)

初回トライアルサービス
どちらかお選び下さい。

- ① 最初の30分が50%OFF!
- ② 始めた日より3ヶ月間、何回でも10%OFF!

VIO、髪の毛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 Yukako まで 完全予約制

@Jun Hair Salon

TEL/TEXT 805-455-0105 (Yukako 直通)

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

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

アートメイク専門店『Bellute Beauty Studio』のオーナー兼技術者の Kumiko さんに、美人眉の作り方のコツを伺いました！



Kumiko さん Bellute Beauty Studio

tel: 424-527-7330 Web: bellute.com
18051 Crenshaw Blvd #A Torrance CA 90504
*P9 の美魔女コラムと広告もご覧ください

ポイントはいつもよりはっきりくっきり

基本の美人眉の作り方

眉の仕上がり次第で顔全体の印象が決まると言っても過言ではありません。ここでは疲れたイメージに見えてしまう NG 眉メイクと、美人眉の作り方についてお話ししたいと思います！

「美人の眉の作り方」



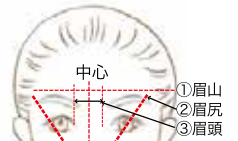
① 眉尻のボサボサした部分はきっちりとトリムする
② 眉下ラインは直線を作る
③ 眉尻は細めの筆かペンシルでキュッと細めに伸ばす。
④ 眉頭をぼかして中央から眉尻に向かって濃く描く
⑤ 眉下ラインの眉尻にハイライトを入れる
⑥ すっきりクールな眉が完成！

NG眉とは

- ① ナチュラルを意識しすぎた薄過ぎる眉
- ② 眉尻が太すぎる眉
- ③ ボサボサで眉の周りがぼやけている

美人眉に近づけるには通常のメイクよりも「キリッと感」と「明るさ」が重要。ふんわり柔らかい雰囲気よりも、「すっきりクールな仕上がり」がおススメ。

- ① 眉色は思っているよりワントーン濃いめ。髪色と同じかほんの少し明るい程度。
- ② 眉尻はキュッと細めに。リキッドや細めのペンシルで描いて横顔をすっきり見せる。
- ③ 眉下ラインからはみ出た部分の眉毛を整えて直線を作る。ハイライトパウダーでラインを際立たせるのもおススメ。



- ①眉山：目を見開いて眉の上部で凹む場所が眉山です。
- ②眉尻：小鼻の外側と目頭を繋いだラインの延長上。
- ③眉頭：目頭から真上の延長線が、やや中心寄り。

キリッとした
若々しい眉を自然に描く
プロのテクニックを伝授！

- ① 眉頭の位置を決める。目頭の真上からほんの少し内側に入れるのがおススメ。
- ② 眉山の位置が左右ずれる場合は、高い方が低い方が自分に合う方に合わせる。低い方に合わせるも若々しく見えます。
- ③ 位置が決まったらペンシルを使い、眉頭に数本シュッシュと毛を漬けるのがポイント。
- ④ 眉頭の眉は薄いのでベタツと塗り潰さないよう注意し、ふんわり

りぼかす。不自然になった場合は後でその部分のみコンシーラーなどでカバーすればOK。
カタチの綺麗なしつかりとしたスタイルが美人眉を作ります。いつもより濃いか？キリッとすずぎかな？と思うくらいでOK。ただし④に書いたように眉頭は描き過ぎないように注意。最初に眉頭を濃く太くスタートすると、どうしても不自然な印象になります。眉頭は薄く、真ん中から眉尻に向かって濃く描くように気を付けてください。
どれだけ濃い眉でも眉頭をうまくぼかせば自然に美しく見えます。これらのポイントさえ押さえれば、誰でも簡単に美人眉の完成。汗やオイル肌で眉が消えやすい方はアイブロウペンシルなどになるべくウォータープルーフのものを使いましょう

簡単に美人眉をキープできる眉アート

当サロンのアートメイクでは、3Dで立体的に毛流れと影を付けて落ちない美人眉を作ります。眉アートは眉が薄い人だけでなく、毛量はあるけど形が整わない人にもおススメ。バランスの取れた美しい自然な眉をベースに作っておけば、長さを整えたり、はみ出た部分を処理するだけで簡単に美眉が完成します。汗をかいてもこすっても平気、起きたら顔を洗ってもスキンケアだけで、もっと早くやればよかった、と皆様おっしゃっています。
眉アートはとても満足度の高い美容メニューです。ただし未熟なアートだと簡単に消えないばかりか一生後悔することにもつながります。安さだけで選んだり気軽に練習台になってひどい仕上がりになったりと、泣き寝入りすることがないよう眉アートをしたいと思ったら、どうかしっかりと選んだサロンと信頼できるアーティストを選んで毎日ハッピーになる眉をゲットしてくださいね！

APRIL'S SKIN CARE & BEAUTIQUE

アットホームな雰囲気個室にて、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。

スプリングプロモーション

マイクロチャネリング白濁肌トリートメント
ヒト骨髄！幹細胞セラムのアフターケア付き

通常 \$200 → \$170 (5月末まで)
詳細は左ページの記事をご覧ください

ダーマペン (マイクロニードル)
(アフターケアキットつき)

通常 \$220 → \$195 (5月末まで)

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 #1
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-8pm *Sun: 11am-3pm (App. only)

**春のイメージチェンジは
ヘアカラー&ハイライト
がオススメ!**

Menu

- ✿ヘアカット \$50~
- ✿パーマ \$90~
- ✿縮毛矯正 \$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。

ご予約はお気軽に日本語で

YOSHIMI
Hair Stylist All Style

Text / Phone **424.283.0693**
21250 Hawthorn Blvd Suite 170
Torrance CA 90503

@Salon Republic / Torrance

首、デコルテの
LED ネックセラピー
アンチエイジング

隠しきれない
首のシワ、たるみ、シミを改善!
シリコン製で
フレキシブルなベルト

Image

用途別 4色のLED

- イエロー**
シワ、たるみ、乾燥
- ブルー**
皮脂、毛穴、ニキビ
- パープル**
抗炎症、殺菌
- レッド**
くすみ、シミ

56個のLED搭載

ラベスト
特別価格 **\$69** 送料
通常 \$129 無料

ラベストオンラインショップ
lovest-la.com/shop
Tel: 310-538-4122
平日 10am-5pm

April Skin Care & Beautique

冬の寒さにくすんだお肌に春の輝きを!
April Skin Care が春のプロモーション実施!

tel: 424-404-2758 Web: aprilsskincare.org
950 Aviation Blvd #100 Hermosa Beach CA 90254
*OC店のInfo 他は右ページ下の広告をご覧ください

春のプロモーションを実施!

① **海藻美肌ピーリング**
美白・リフト・シワ・美肌・ニキビ改善・若返りと、効果を実感していただけのトリートメントで、ヨロップなどの湖底に生息する淡水生海綿が主成分。60種類以上の海藻成分や豊富なミネラル成分、複合酵素から成るナチュラル成分です。一般的なピーリングは肌表面の古い角質を剥がすのに対し、海藻ピーリングは肌の内側から再生を促します。施術後2週間全

② **マイクロチャネルリング**
白雪肌フェイシャル
通常 \$200 → \$170
オフト販売
付きます。また取扱プロダクトを全て15%オフで販売

ハモサビーチとコスタメサのサロンで心のもったサービスマイクと美肌促進を提供する『エイプリルスキンケア』が

く新しい肌になるので、1回の施術で素早く効果を実感したい方にもお勧めです(個人差がありますがダウンタイムは3日~6日程程度)。

ヒト骨髄幹細胞「サイトプロ・成長因子」のセラムを、マイクロチャネルリングという極細な針のスタンピングで肌に程良い刺激を与えながら導入し、コラーゲンの生成を促します。肌の奥深くからハリを与え、ピンとしたなめらかな素肌美をかなえます。ダウンタイムなし。「サイトプロ・成長因子」のアフターケアキットが付きます。

Nami's Skin Care in Woodbridge, Irvine

“素肌美人をめざす”

グリーンピール

厳選天然ハーブが皮下深部の細胞を活性化させ、新しい肌細胞の生成を促進。新しい細胞とコラーゲン繊維が作られ、皮膚の再生を促します。
【こんなお悩みに】
●ニキビ ●黒ニキビ ●ニキビ跡の凸凹 ●シワ ●たるみ ●シミ(色素沈着) ●肌の老化 ●日焼け ●毛穴

5日間コースアフターピールトリートメント1回付き
*ホームケアキットなし...\$330*ホームケアキット...\$180+tax

ミニグリーンピール \$200
1日コースのお手軽グリーンピール。ディープなグリーンピールが行えない方にお勧め。施術後のお化粧も可能です。

フレッシュアップピール \$180
手軽にグリーンピール体験。お肌を生き生きさせるコースです。

シミ、シワ、毛穴...あらゆる肌の悩みに!
小シワの症例: 施術前と1ヶ月後

ハイドラフェイシャル
◆Deep Cleansing \$170 ◆Acne Deep Cleansing \$190
水流を利用した最先端のディープクレンジング。最小限の刺激で最大限の効果が期待できます。

大好評! オキシジェンセラピー
強力な空気圧を利用して、高純度酸素と高濃度美容液を肌の奥まで圧入。お肌の老化を食い止め、透明感とうるおいに満ちた、ハリのある素肌へ。
●Face: \$130/\$165/\$225
●Eye Treatment \$90
●Body: \$130 ●Hands: \$55

針による永久脱毛
脱毛&毛穴縮小で肌トラブルも改善!
究極の永久脱毛(エレクトロリシス) 60分/\$90~\$105

無料コンサルテーション
濃いヒゲにも

針脱毛はアメリカの厚生省 FDA が唯一認めた永久脱毛です。針で丁寧に1本ずつ処理する方法で、レーザーとは違い、白髪やブロード、細い毛も確実に脱毛できます。眉毛は形を整えながら脱毛でき、OVIラインや指、ヒゲや耳下などすべての部位の脱毛可能です。また毛穴からの皮脂の蚊の過剰分泌を抑えるのでニキビ改善などにもオススメです。

After 6 month

エンダモロジー大好評!!
人間の手にある痩身マッサージでは不可能な細かい振動が皮下を刺激し、凝り固まったセルライトや脂肪細胞を揉みほぐして体外へ排出。気になる部分を引き締め、ハリのあるスムーズなお肌へと導きます。
■フェイスコース \$95 (リフト/引き締め)
■ボディコース \$95 (セルライト/痩身/リンパドレナージュ)

ReFa CARAT for BODY

NAMI'S SKIN CARE ご予約は日本語でどうぞ
tel: 949-502-5050 [営業時間/完全予約制]
4482 Barranca Pkwy. #180, Irvine, CA 92604 *月~木: 9AM~9PM *9AM~7PM *日: 休業

WWW.NAMISKINCARE.COM

西田指圧センター・西田先生による



女性のための 現代・指圧講座

【第56回】頭を触るとストレスが

今年には長雨や寒い日が続く、体調不安や古傷の痛みなどを訴える方々が多く指圧にいられています。そう言う私も五十肩の後遺症や膝が夜中に痛み始めたりと、色々な痛みが身体のおちこちに出てきますが、皆様におかれましてはいかが過ぎてでしょうか。

普通のマッサージと違い、指圧は大体において横向きに寝ていただき始めます。まず頭や首肩から指圧するのですが、頭のこめかみから側頭部(耳の周り)にかけて指圧を始めると、異常に頭がコチコチに凝っている方が多いのでビックリします。先日久しぶりに指圧にお見えになった方に「頭

がコチコチですね」と言ったら何を勘違いなさったのか「私そんなに頑固じゃないですよ」と言われちょっと笑ってしまいました。仕事や日常生活からのストレスや緊張で、首や肩コリのひどい方は頭も緊張しコチコチになっているものです。

全身の指圧が終わるもう一度上向きになってもらい頭皮をチエックすると、ずいぶんという感じで頭皮が柔らかくなり緩んでいるのがわかります。身体の緊張は頭の緊張にもつながっているのですね。「心身一如」と言う言葉があります。心と身体はいつもつながっており一つなんだと言う意味で、身

体に入会した時は、親御さんが、筋トレをすると背が伸びなくなるのでは無いかと心配されていましたが、あっという間にお母さんを越し、お父さんも超す背丈となりました。筋力トレーニングをすることによってのメリットは、筋肉合成や脂肪燃焼だけでなく、成長ホルモンやテストステロンといった若返りホルモンが、シニアの方々は刺激となり、ユースの若者には心身に健全な発育を促します。

当然、中年のミドルの方々には、正しい筋トレと食事を行うことで緩んだお腹、二の腕、脚がたちまち引き締まることとなります。

今年冬の雨が長く、寒くて家に籠っていたら太ってしまったと言うラベスト読者の皆様、夏到来の前に、我が『フィットボディ』で本格ダイエットを始めてみてはいかがでしょうか？

カリスマトレーナーマイク宮本の

ビューティダイエット

—第16回—

筋トレの適正年齢



マイク宮本
Musclemania® ポディビルライト級
世界王者 (2012年)
Model Universe™ 世界大会公式
コーチ (2015年)
神奈川県出身 (1974年生まれ)、
ロサンゼルス在住 (2006年～)
Troy University 卒 (2005年)

先日、最年長の84歳男性クライアント様から「10月に日本に旅行します」と嬉しそうに報告がありました。2年前、脚の手術の宣告を受けた奥様が、筋肉を付けて手術を回避しようと先にご入会され、みるみる身体が良くなるのに興味を持たれ、元々筋肉トレーニングのようなことに全く興味はなかったものの、意を決してご入会されました。



84歳と80歳ご夫婦で元気に頑張られているクライアント様。私が大会で優勝したメダルを付けて3人で写真撮影!

話を変わって、先日アリスホッケーを行って最年少14歳クライアント様からカリフォルニア州大会で優勝された嬉しい報告がありました。あどけなさの残る13歳で

運動嫌い、中高年太り、歓迎

FIT BODY パーソナルトレーニング

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: 7 AM - 6 PM
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!

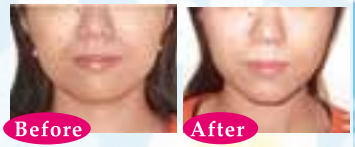
www.nishidashiatsu.com

気持すいイ〜日本の指圧

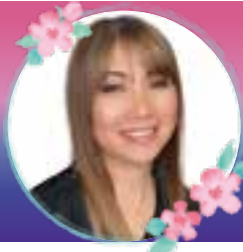
女性特有の症状 頭痛、肩こり、腰痛、冷え性、手足のしびれ、ゆううつ症、倦怠感、ストレス、生理不順、自律神経の乱れなどの改善に。

ハリウッド式小顔整顔 日本でも大評判!

●小顔になった!
●顎のラインがすっきりした
●目が大きくなった
●顎関節症が治った。
などのお客様の声続出!



西田指圧センター
Rolling Hills Shiatsu Center
ご予約 310-542-1200 週7日 10am-7pm
21150 Hawthorne Blvd. #204, Torrance, CA 90503
(稲葉レストランやおじやレストランと同じモール)



アートメイクサロン『ベルーテ』のオーナー&ビューティーおたく KUMIKO が贈る

美魔女道

ep. 31
美味しいピザが食べたい

今回のコラムは食べ物編です。

私がアートメイクのお仕事以外で一番興味のあること。それは「食べること！」今日は何食べようかな？って考えてる時のワクワク感たるや何物にも変え難いです。大抵はバブル期のオヤジギャル(完全に死語)のように焼き肉とお寿司がまず頭に浮かびますが、実は最近特にピザ大好きなんです。

時々私のおすすめグルメランキングもご紹介していきたいと思っているのですが、さて、ピザといえば高カロリージャンクフードの王者のような扱いですが、実に奥が深いんです。

特に LA は美味しいピザ屋さんの宝庫。ファーストフードのデリバリーピザ以外にもグルメピザがたくさん。

ではランキング形式でご紹介します。

5位

Lomeli's Italian Restaurant - ガーデナ

lomelis.com (310) 464-4330

2223 W Redondo Beach Blvd Gardena, CA 90247



1978年創業の老舗レストラン。地元民に永く愛されているアメリカンイタリアン。窓のない独特の雰囲気。店内はいつも満員でTogoする人も多い。おすすめはペパロニピザ。

ボリューム満点でどこか懐かしさを感じるしっかり味のピザです。

4位

California Pizza Kitchen - 各地にあり

cpk.com

読者の皆さんも一度は訪れたことがあるに違いない超有名チェーン店。このシグニチャーのBBQチキンピザを初めて食べたときは驚きました。以来大好きで時々無性に食べたくなる味です。生地はオリジナル、クリスピーな薄焼きはもちろん、ダイエット中に嬉しいカリフラワーもあります。



3位

Blaze Pizza - 各地にあり

cpk.com

ここ数年で一気に浸透した感じの Built your own pizza の有名チェーン店。サンドイッチのサブウェイのようにカウンター越しに自分の好きな具材を伝えていくシステムです。が、実は自分でカスタマイズするのでは無いシンプルなチーズピザがめちゃくちゃ美味しいんです。お一人様にぴったりの薄焼きチーズピザが熱々で楽しめます。



2位

Eatalian - ガーデナ

eataliangroup.com (310) 532-8880

15500 S. Broadway St. Gardena, CA 902487

ガーデナ市の倉庫街にある大きなイタリアンレストラン。2006年オープンで倉庫をそのまま改造した作りと場所の意外性で話題に。私の好きなのは Scagliarini と Mimmo。どちらも生ハムとアルグラのピザです。釜で焼き上げた超薄焼きピザが最高に美味しくあつという間に平らげてしまいます。



1位

L'antica Pizzeria da Michele- ハリウッド

damicheleusa.com (323) 366-2408

1534 N McCadden Pl, Los Angeles, CA 90028

ここを超えるピザは出ないんじゃないかと思うくらい私好み、どドストライク。ナポリの本店は1870年創業。味を変えずに150年以上愛され続けるのは感動です。とにかくどれもめちゃくちゃ美味しいですが特に王道のマルゲリータをぜひ！薪で焼いたお焦げの香ばしさとピザ生地の適度な塩気がたまらなく美味しくてピザの耳？の部分も味わっていただけます。超人気店なので予約必須ですが、ぜひぜひ食べてみてください。



最新3Dアートメイク「ハイブリッド眉」

マイクロブレイディングとナノシェーディングでさらにナチュラルな仕上がりに

当店人気 No.1

スペシャルディール実施中!

3D眉アート
マイクロブレイディング
+ナノシェーディング
\$400→\$300

アイライン
上 \$300→\$250
上下 \$400→\$300

リップアート
\$500→\$350

SMP 頭皮アート
(スモールサイズ)
\$500→\$350

アートメイク除去
(眉・アイライン・リップなど)
\$200~

YUMI ラッシュ

トリートメントまつげパーマ
(ティント込み)
\$175→\$125



リピーター様用のお得な特別料金メニューをご用意しております
遠方の方もお気軽にご相談ください

Microblading Permanent Makeup ベルーテビューティースタジオ

bellute beauty studio

完全予約制 / 日本語どうぞ www.bellute.com

TEL: 424-527-7330 E-MAIL: contact@bellute.com

18051 Crenshaw Blvd. #A Torrance, CA 90504

互いを見つめ合うのではなく、 共に同じ方向を見つめよう②

南無阿弥陀仏 浄土宗本院・田中孝道



花はなぜ美しいのでしょうか？色？

それとも形？こんな考え方はどうでしょう？なぜなら、花には「美しく見せたい」という下心がない」から。日本の古い言葉にこんなものがあります。「咲いた花見て喜ぶならば、咲かせた根元の恩を知れ。」見えな

い地中で、根はひたすらに水や養分を吸い上げ、ただその一瞬を生き尽くそうとしています。根には「観客に印象付けよう」という動機にかまける暇などありません。

これを当てはめるなら、私達が最も注意を払うべきは自分の内面を耕すことです。そのために、仏教では一つ一つの「行動・言動・考え」に注意深くあることが説かれます。人の「行動・言動・考え」は三業と呼ばれる、私達の人となりを形成するものです。すべての業、すなわち体であれ口であれ頭の中・胸の中であれ、私達の造るすべての行動には一度行うと再び繰り返す力があります。例えば、嘘をつく後悔し、反省します。しかし、その嘘を真実にするためにはもう一つ嘘を重ねねばなりません。嘘を重ねるうちに、後悔する

ことなく嘘をつく自分自身に徐々に慣れていきます。こうして不健全な業が積み重なり、知らず知らずのうちに「嘘つき」という人格ができてきます。

善かれ悪しかれ、すべての業が発せられるのは私達の内面から。それを耕すために、仏教では宗教的行いを毎日実践することが奨励されます。その実践により、「間違った行動・悪い言動・不健全な考え」への欲求を満たすことに没頭しない「自分の内面」を形成するためです。浄土宗で薦め、生涯毎日実践する宗教的行いこそ「なむあみだぶ、なむあみだぶ」と声に出す念仏です。毎日「なむあみだぶ」と称える行動には、否応なく私達の体と心がそこに関わることに伴っています。

しかしながら、念仏は「外見の美」を保証するものではありません。なぜなら、自分の人となりや外見を評価するのは自分でなく、他の人達だからです。であれば、自分の印象とは望むようにコントロールできない何か、ということなのです。

浄土宗本院 Tel: (213) 346-9666 Email: info@jodoshuna.org

MIWAKOのカップル誕生ものがたり
おひとり様から
おふたり様へ
その31 お相手に対する興味・偏見

お相手に寄り添うことの一つとして、お相手が興味ある事柄や話題などにも多少関心を持つことは大事だと思のです。
全てを合わせるというのではなく、相手がどのようなことに興味があるのかを知っておいた方がおつきあも深まるはず。
自分とは全然違う考えだからと言って、一切その方の趣味や考えに興味を示さないものどうかと思うのです。
自分のことや希望、言い分だけを押し付けても良い関係は育たないのです。
あと偏見を持っていると、その分、視野も狭くなります。自分と違う考えの方を勝手に間違いだ判断し、新しい考えや違いをシャットアウトしてしまうのです。そういう方はその物の素晴らしさや、素敵な出会いを逃していることも多いものです。

どんな人でも学ぶことはあると思うのです。
会う人によって話題や興味が違うのですから、そういう人達とお話することによって色々な知識も自分に備わると、私は思うのです。
なので私は色々な方とお話するのが好きなのです。
お勉強は苦手でしたが、人とお話しして学べるのが沢山あると思ったのです(こっちの方がお勉強より楽チン)。
全然見た目が自分のタイプではないといってそれだけで判断し、残念ながら中身を見ない方達が沢山います。
見た目はいつかは衰えるのも。加齢と共に体系、体力も変化。
なのであまりにも外見だけにこだわってお相手を探していると本当だったらとても良い結婚相手なのに、見た目、物質的なこと、職業などでの判断で残念ながら判断ミスして逃してる方も多いのです。
今までのやり方で良い方と出会えないという方は、今年はちょっと考え方も変えてお相手探しをしてみてくださいませんか？



出会いはMIWAKO'S ASIAN CONNECTIONから
Since 2000 全米を結ぶMIWAKO'S ASIAN CONNECTION
気軽なデートから始める...
結婚を前提とした真剣な関係...
みわこにお任せください
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。
310-927-8304 Miwakoac@gmail.com
WEB: miwakoac.jimdo.com Miwakoのブログ: ameblo.jp/miwakoac

佐藤製薬が作ったアンチエイジングスキンケア

Excellula

リニューアルしてパワーアップ！
製薬会社が見出したエイジングケアの答え。

「エクセルーラ」が中身も外見もリニューアル。
表面だけではない肌の奥深くから「健康的」で
「綺麗」な素肌を目指します。



*写真左から

モイスチュアソープ<洗顔石けん> (80g)

3種の植物性洗浄成分による低刺激で高い洗浄力実現。シルクパウダーが毛穴の汚れや皮脂を吸着し、メラニンを含む不要な角片もスッキリ除去。さらに保湿成分を贅沢に配合。濃密な泡がが明るくなめらかで毛穴の目立ちにくい肌へ導きます。

パワーローション<化粧水> (150ml)

3種のヒアルロン酸、加水分解コラーゲン、20種の生薬・ハーブエキスから成るパワーコンプレックスなどの有効成分を独自の「ディープデリバリーシステム」で角質層まで送り込み、乾いた肌に水分をたっぷり補給。角層深くからみずみずしさ呼び覚まします。

パワーエマルジョン<乳液> (120ml)

肌の柔軟性を高めるメドウフォーム油や、ナノ化加水分解コラーゲン、2種のヒアルロン酸、パワーコンプレックスなどの有効成分が、なめらかな感触で溶け込むように浸透。キメを整えふっくらなめらかな艶肌に導きます。

パワークリーム<保湿クリーム> (40g)

皮膚再生医療用に開発された「軟膏基材」や、皮膚に似た成分のホホバオイル、抗炎症成分などが肌の日中を受けたダメージを回復。さらに2種類のヒアルロン酸やパワーコンプレックスなどの美肌成分により翌朝、内側からハリが満ちる艶肌を実感。

**医療グレードの有効成分と
製薬会社独自の浸透技術で
高保湿+エイジングケア**



『エクセルーラ』は、佐藤製薬が約100年培ってきた知見、技術、信頼を土台に、製薬会社の視点からエイジングのメカニズムについて研究を進め、生まれたスキンケアシリーズ。表面だけではない、内側から綺麗を目指す素肌のためのポイント3つをご紹介します。

①厳選された有効成分

エクセルーラはシリーズ全品を通して効果と安全性を重視し、厳選された成分を配合。表皮から角層、深層までそれぞれに働きかける3種類のヒアルロン酸や、真皮層まで届くナノ化加水分解コラーゲンが肌の奥深くまで潤いを補給。さらに佐藤製薬の代表製品『ユンケル』に採用されている植物エキス高濃度抽出/ブレンド技術を使い、20種類の生薬やハーブの有効成分から生まれた独自の「パワーコンプレックス」が強く健康な素肌作りを助けます。

②ディープデリバリーシステム

医療技術を採用した「ディープデリバリーシステム」では、ナノ分子のミセル(集合体)で包まれた有効成分が角層奥まで運ばれた後に徐々に放出されることで効果の長時間持続を実現。またクリームには独自の「軟膏技術」も採用。細かく均一な粒子が刺激を抑えて優しく滑らかに広がり、お肌を保護します。

③安心・安全。敏感肌でも使える

植物性有効成分は高濃度抽出後に精製し不純物を除去。さらにナノ化された粒子が刺激を排除。そして全商品、アルコール、パラベン、香料、着色料などは不使用で、敏感肌の方も安心してお使い頂けます。

新しくなった『エクセルーラ』で、明るく輝くようなハリ艶肌を実感してください。

<ラベスタップの新エクセルーラ体験レポート>



**私史上最高のしっとりとした使
い心地の保湿スキンケア。
気づかなかったインナードライ
肌を修復してしっとりもちもち。
改めて知る保湿ケアの重要さ。**

新エクセルーラ最大の特徴は超保湿。なのに私は普段のケアは化粧水だけで乾燥もテカリも感じない超ノーマル肌のつもりだったのですが、使い続けるうちにそれが間違っていたとわかりました。

まず、ソープはネットを使うとすぐに豊かに泡立ち、いつまでも壊れない弾力のある泡で顔の隅々までしっかり洗顔できます！

パワーローション(化粧水)は少しとろみがあり顔全体に広げて手のひらで押さえながらゆっくり肌に浸透させればお肌もちもち！乾燥肌ではない私はこれだけで十分すぎるほどでしたが、エマルジ

ョン(乳液)やクリームもしっかり使用。どちらも超保湿仕様なのにサラッとしたテクチャーでベタつかず、気持ちよく使えました。

そして約1ヶ月後、明らかに肌全体のくすみが取れ、毛穴が目立たなくなったのを実感できました。これは普段省いている保湿ケアをしっかり行った成果。結局表面は潤っていても内側が乾燥している「インナードライ肌」だったんですね。

乾燥肌でもそうでなくても保湿ケアは美肌づくりの基本中の基本。しっかり保湿ケアすれば肌が変わることを、あなたもぜひエクセルーラで試してみてください。



Excellula US の Instagram 開設
商品の詳細や最新情報をお届け
します！ぜひ「Excellula_US」
をフォローしてくださいね！



お求めはお近くの日系マーケットへ



Excellula 公式ウェブサイト(日本) :
www.excellula.jp



Excellula なじませ法の
動画を YouTube で
ご覧いただけます！



サウストーランスで美容サロンをしています
KANACOです。

このコラムでは毎回、年を取るだけではなく、
どうすれば素敵に年齢を重ねていくかをテーマに、
頭の先から足先までキレイを保つ方法をお話していこうと思います。

今回のテーマは、「自分軸で生きる」です。

前回から引き続き、内面からキレイに繋がる
コラムです。

「自分軸で生きる」と聞くと、わがままで自己中心的、好きなように勝手に振る舞うというようなことを想像してしまいがちですが、実は他人の意見に振り回されず自分自身がどうやって歩んでいきたいか、進んでいきたいかを考えて行動することなのです。逆に、自分勝手な人とは、やりたいことや考え方を他の人に押し付けていく人のことを指し、似てようで実は大きな違いになります。

「自分軸」と反対の「他人軸」で生きている人の場合、人の目ばかりが気になります。こんなことしたら、こんなことを言ったらどう思われるのだろうと考え、思うように行動が出来ずに留まってしまい、それゆえに自分に自信がなく、不安や不満を抱えたまま日々を過ごしているのが、幸福度というものが下がります。

しかし、自分に軸があると、すべて自分発信の行動、自分の考えた末での行動であるため、身の回りで起きたことが自分に責任があることだと自然に理解し、その行動自体を直視し見つめることが出来ます。すべての原因



研究材料は KIREI サロンオーナー、
KANACO 自身の頭の先から足指まで

【ビューティーコラム】

美ラボ 総合研究所

第4回テーマ『自分軸で生きる』

は自分にあると知っているの何が起きても人のせいにはせず、他人を責めることなく、どんな風にこの経験を生かしたら同じ間違いを繰り返さないかを考えられるので、もしも失敗をしても感情的にはならず、冷静に対応ができます。

何が起きて心も安定度が大変に高く、他人を理解する度量も広いので、とても安心感のある人だと周りから認識されます。

自分軸で生きている方は行動、反省、改善を繰り返して過ごしていきますので、調和的で精神をきちんとコントロール出来るようになり、物事に恐れず動じない強い度胸が身に付きます。

強い度胸が身に付くと自分の自信にも繋がります、自己肯定感も上がり、日々穏やかに過ごせることにも繋がります。

自己肯定感が上がると、自分の周りで起きている事象を冷静に判断でき、素直に受け入れられ、自分も、そして他人も認めることができるようになります。

冷静に判断できると、怒りの感情も湧いて

こないでストレスにも耐性がつき、物事を肯定的に捉えられ、意識も良い方向に向かうので良いことづくめです。

ストレス耐性が強いと毎日が気分が良いので、前回のコラムでお伝えした「笑顔で過ごす」にも繋がり内面から湧き出る品性を手に入れることに繋がるのだと思います。

よく、40歳を過ぎたら自分の顔に責任持てと言われますが、年齢を重ねると人の内面は顔つきや表情にしっかり強く現れると私は思っています。取り繕った笑顔もすぐに分かります。真の笑顔をこうした心の学びで取り入れていけたらいいなと、私も日々学びの最中です。



Salon de K.I.R.E.I

広々とした癒しの個室空間で、
リラクセスしたお時間をお過ごしください。

Service Menu



HydraFacial ハイドラフェイシャル
90 minutes / \$150~

水の力で若々しく輝く素肌へ!

「ハイドラフェイシャル」はディープクレンジング、ピーリング、毛穴掃除、美容液導入の4役をこなす画期的なフェイシャル。水流を利用するので肌に優しく、確実に美肌へと導きます。

Facial

- ◆スパスタイルフェイシャル 50分 \$70
- ◆リサーフェイシングフェイシャル 90分 \$150
- ◆マイクロカレントフェイシャルリフト 90分 \$150
- ◆ナリッシングフェイシャル 60分 \$90
- *ヒト幹細胞セラム導入付き 90分 \$270
- ◆メンズフェイシャル 120分 \$90

Eyesh Extensions

- ◆シングルラッシュ
フルセット - \$120 /
120本 - \$100 / 100本 - \$90
- ◆ボリュームラッシュ&ハイブリット
フルセット - \$180 /
120本 - \$150 / 100本 - \$130
- ◆Lash removal only - \$35
- ◆Lower lashes - \$40 (w/ upper)



Lash Lift

- ◆まつ毛パーマ \$85 (日本製)



Gel Nail

- ◆ジェルネイル \$60~



Salon de KIREI TEL: (310) 408-4939

Mon - Sat: 9am-7pm Sun: TBC (要・問い合わせ)
24044 Vista Montana, Torrance, CA, 90505

WEB: salondekirei.com





ブナピーとアボカドの クリーミーサラダそうめん

トマトのビタミンC、アボカドのビタミンE、そしてきのこの
ビタミンB群がたっぷり補給できる美容効果抜群のクセになる一品



調理時間：20分
カロリー：453kcal (1人分)
使用するホクトキノコ：
ブナピー、エリンギ



【材料／4人分】

- エリンギ.....100g
- ブナピー.....100g
- アボカド.....2個
- むき海老.....20尾
- ミニトマト...16個
- そうめん.....6束
- 豆乳.....120ml
- 白だし.....大さじ4
- 酒.....大さじ4
- 塩、黒こしょう、
パセリ(みじん)各少々

【つくり方】

- ① ブナピーは石づきを切って小房に分け、エリンギは食べやすい大きさに切る。ミニトマトは半分に分ける。
- ② フライパンに海老、きのこを入れて酒を振り、フタをして4分ほど火が通るまで蒸し煮にし、汁ごと冷やしておく。
- ③ ボウルにアボカドを入れてスプーンでつぶし、滑らかにしたら、豆乳、白だし、②の汁を混ぜる。
- ④ そうめんはたっぷりの湯で固めに茹でてよく洗い、氷水で冷やして水気を切ったら、③に入れて和える。①の海老、きのこを入れてよく和え、味を見て塩を振り、器に盛る。
- ⑤ ミニトマトを飾り、黒こしょう、パセリを散らす。

暖かな陽気と明るい日差しが嬉しい春！
でも、朝晩の寒暖差、花粉、紫外線には要注意！
美肌キープのためにも、きのこでしっかり菌活！



お肌を刺激から守り、バリア機能アップを促進するきのこ
異常気象で今年の冬は寒く雨の多かった南カリフォルニアでしたが、やっと春らしくなってきましたね。春といえは「花粉」が気になったり、寒暖差の影響で不調を感じやすくなったりする時期。また、冬の間には身体に滞っていた老廃物もすっきりセットしたいところ。

今この季節、外出するときに気をつけたいのが「花粉」。春先は、冬同様肌が乾燥しやすく、肌のバリア機能が低下しやすいので、普段敏感肌ではない人でもバリア機能を高めるケアを心がけることが大切です。

「花粉」の飛散から肌を守るためのポイントは、「肌の保護と再生」と「花粉を持ち込まない」こと。そして弱った肌の再生に欠かせないのが、肌が良いビタミンの摂取。例えばビタミンAは肌表面の油分を守り、肌

の健康を意識する今の時期、ぜひ積極的に毎日の食事に取り入れてみてください。

さらに肌の健康には「睡眠」も欠かせません。きのこに含まれる「オルニチン」は肝臓で働いて質の良い睡眠を助ける働きがありますし、食物繊維の働きで腸を整えることも睡眠の質向上に役立ちます。「睡眠ホルモン」と呼ばれる「メラトニン」の材料となる「トリプトファン」は腸内細菌によってつくられるため、きのこなど食物繊維の豊富な食材で腸を整えることは、日々の健康だけでなく睡眠の質にも影響を与えます。

そして冬場に溜め込んでしまった体内の老廃物もしっかり排出し、身体をリセットしていきましょう。ここでも食物繊維がポイント。食物繊維は腸内の老廃物の排出を促したり、善玉菌の工サとなることで腸内環境を整える働きがあります。きのこは食物繊維が豊富なのに、低カロリーで腹持ちが良いので、腸の老廃物の排出に加え、ダイエットにも役立つ食材なのです。きのこなどの食物繊維豊富な食材を取り入れることで、身体の中からキレイと健康を作っていきましょう。

春は何かと変化の多い季節ですが、食事や生活習慣を少し工夫しながら身体も心も充実させていきましょう！



♪ホクトのきのこを詳しくご紹介♪

BUNAPI ブナピー

ブナシメジの色の白いもの同士を交配して誕生したホクトきのこオリジナルの『ブナピー』は、“プルン”とした歯応えと“ツルン”とした喉

ごしが特長の新食感の真っ白なきのこ。主菜や副菜などの食事だけでなく、そのクセの無さからお菓子に入れても相性がよく、食感を楽しむことができます。石づきをカットしたら、旨味と食感をお楽しみいただくために、大ぶりがくして調理していただくのがおすすめ。また、みじん切りにして火を通すと、タピオカのような食感もお楽しみいただけます。

また、ブナピーには肌のターンオーバーを促して健康な肌を保つ、“美容ビタミン”とも呼ばれるビタミンB2が豊富に含まれます。ビタミンB2は、紫外線や乾燥が気になる方に注目されている栄養素です。



カリフォルニア産の100%オーガニックきのこで健康生活を始めましょう！

ホクトキノコは最寄りの日系・アジア系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/



必死に生きている!?

ぼくらはみんな



今回のテーマは、「誰にも内緒なんですけど、実は私...」人に言えない秘密なんて誰でも「つや」つやあります。

日本から大学の友人が訪ねて来たとき、ド貧乏なのに見栄を張って、奢ってやるよと昔行ったことのあるリーズナブルな居酒屋に4年ぶりに行ったら高級割烹になった。気付かず入っちゃって、メニュー見て驚愕!しかし、さらに見栄を張り続け、好きなもの飲み食いしてたらお会計が2人で800ドル超え...。カードで払って、完済するまで5ヶ月かかった(笑)「Gさん」

実 は私...宝くじの高額当選者です。でも、今迄の生活を変えておらず、皆に内緒にしています。高額当選後に親族や友人との良い関係が崩れた話をよく聞くのでそうはなりたくないからです。それに何にどう使っているのか...貧乏暮らしが板に付いていてわからないのです。笑っちゃうでしょ?「Aさん」

読者アンケート

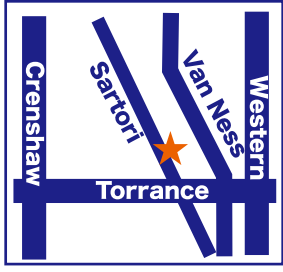
独 り暮らしを始めた際、常日頃から持っていた一度でいいから大きなホールケーキを自分一人で完食したい、という願望を実行に移した私。そしたらお腹が痛くなって救急搬送。お医者さんには本当のことは言えませんでした。「Mさん」

ダイエット、ちゃんとしている!
ご飯も麺もお菓子も食べないし、ビールも止めたのに全然痩せない。
もう年だからもう体が何も代謝してないんだ!
と言いつつ、
パンやお好み焼きなどの小麦系はたらふく食べ、
ワインや焼酎はがぶがぶ飲んでるのは同僚や友達には内緒。

ア メリカ人の父と日本人の母の長男として生まれた私は、完璧なバイリンガルです。でも、見た目が100パーセントアメリカ人なので、日本のキャバクラに行った際には日本語は全く解らないフリをしています。そうすると女の子達が油断して私の前で日本語で色々話していますが、実は私...全部理解してるんです。解らないと思って下世話な話やガールズトークなんかしても全部理解してますから。実はそれが結構楽しかったりするんですよ。「Fさん」



あなたの歯は健康ですか?



- ・一般歯科・美容歯科・小児歯科・神経治療 (ホワイトニング)
- ・口腔外科・義歯・インプラント・歯列矯正

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

診療時間 月・金・土 9:00am~3:00pm (金・土隔週)
火・水・木 9:00am~6:00pm 休日 日、祝日

ご予約・お問い合わせは日本語でどうぞ
ルイス・ヤン歯科 (310)539-9307
1108 Sartori Avenue, #100, Torrance, CA 90501



Louis F. Yang, D.D.S.
*カリフォルニア大学
アーバイン校学位取得
1991年クレイトン大学歯科部卒

魔女ともえの秘法カバラ数秘術 2023年 4/1~5/31

嘗て選ばれし者にのみ伝承された世界最古の叡智であるカバラ。
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

誠意意識多くのグッドラック!

自分自身、他者、宇宙に対しての誠意をいつも以上に意識して過ごしましょう。自分に素直になること、他者を思いやる気持ち、宇宙への感謝の表明としての祈り(瞑想)、を心掛ければ、常に光と繋がることが出来、多くのグッドラックが引き寄せられ、自他共に満たされるでしょう。

【開運】夜空・夜景。ウィークエンド。

Life Path number 6

様々な面からの考察により開運!

物事には必ず複数のファクターがあります。何かが起きた際、何かをする際、相手があること、自分だけで動くこと、それら全て一面だけに着目せず様々な面から考察することで大きな気づきがあり、魂的に、そして人間的に成長出来るでしょう。常に視野を広く持つことで開運します。

【開運】星型。カラーコーディネート。

Life Path number 3

言霊パワーで潜在界の扉を拓け!

漠然とした考えや気持ちを明確な言葉にすることをトライしましょう。言葉にして自覚することで言霊パワーが潜在界の扉をノックし、宇宙からの大きなヘルプを得ることが出来るでしょう。例えば違う流れが見えたとしても言葉で自分を励ませば、結果的には望む流れに戻れるでしょう。

【開運】エッセンシャルオイル。早朝。

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はそのままだにする)

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

③近年、年月日を各一桁になるまで計算せず、年月日を通して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がありますが、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

人の振りを通し自分自身を知る!

「人の振り見て我が振り直せ」と言いますが、基準を他者に置くことでその対比により真の自分を知ることが出来るでしょう。但し、直さなくてもいい自分自身というものはそのまま存続させるプライドを持つことも必要です。他者の振る舞いを自分を知る為の光として活用しましょう。

【開運】マジックミラー。残り物に福。

Life Path number 7

心身を整えベストな自分を保つ!

運動、栄養、睡眠(休養)、癒しに関する考え方や習慣の中で、見直す、存続させる、改善する、向上させていくものを自分なり、或いは専門家のアドバイスのに従いより好くマネジメントすることで身体と精神のコンディションが整い、ベストな自分が保たれ、運氣も保たれるでしょう。

【開運】木漏れ日。プラスの自己暗示。

Life Path number 4

今を輝かせて未来に光を降ろす!

未来は確定しておらず、今どう在るかにより大きく変化します。未来を変えたいのなら今を変えましょう。過去から学んだことを活かし、輝く今を創造する意識を持ちましょう。未来に光を降ろすことは今を生きていることであり、今を生きたら今迄の経験を光として変換し輝くことです。

【開運】深紅の薔薇。東北東~南南東。

Life Path number 1

断ち切ることで新たな幕が開く!

現状維持という在り方も一つの選択ですが、思い切って断ち切る勇気を持つことで新しいステージの幕が開く予感です。現状のもの全てが悪いのではなく、自分にとって不要なものに対する執着がエナジーを停滞させている可能性があります。不要なものはすっきりと決別しましょう。

【開運】柑橘系の香り。イニシャルN。

Life Path number 22

新規エナジーと繋がって大飛躍!

慣れ親しんだ事柄やルーティンな日常の中に新たな発見があったり、または全く新規な世界・次元と遭遇する予感です。古い考えや習慣の中で不要なものは手離し、新しいエナジーと繋がる気概を持つことで、大きく飛躍する未来へと向けた壮大な流れとの邂逅が期待出来るでしょう。

【開運】白い羽。D&I/DEI。

Life Path number 8

真理に繋がる意識で新たな自分!

外見や姿形、導入部分に惑うことなく、それを超えた向こう側にある真理と繋がろうとする意識を持ちましょう。それは、視覚やロジカル思考ではなく、感覚やラテラル思考によるアプローチです。それにより、物事の真髄を知ることが出来、今迄の殻を破った自分と出逢えるでしょう。

【開運】八角形。家庭・コンテナ菜園。

Life Path number 5

独り時間充実で良好な人間関係!

いつもよりもヒーリングやリチャージを意識した独り時間を充実させて、本来の自分を取り戻しましょう。それにより、自分のエナジーに余裕が生まれ、他者との交流に於いても更なる思いやりや優しさを以って接することが出来、尚一層のグッドリレーションの構築に繋がるでしょう。

【開運】自然音。ハッピーエンドの話。

Life Path number 2

苦手・弱点を個性と捉えて開運!

自分が苦手とするものや弱点にフォーカスし、それを欠点ではなく個性として捉えることで、自分という人間をありのままに受け入れましょう。そうすることであなた本来のエナジーが解放され、得意なことや長所が尚一層伸びていき、更なる運氣UPに向けて気が整っていくでしょう。

【開運】青いリボン。午後2時~3時。

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.

♥靈感魔法・洗脳・法外な追加料金無し!



lovest 掲示板

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!

■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点につき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

■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からお選びいただけます。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。*クレジットカードとPaypalは5%のカード引き落とし手数料が加算されます。

*郵送は原稿とチェックをlovest 16901 S Western Ave #6 Gardena CA 90247迄

小さな引っ越し、 大きな引っ越し

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。

ウィ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。

お客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 を \$100

で。ご希望の方

はお電話で: 909-861-7043



和風ネイルサロン



Karuta Nails

プエンテヒルズのニジャの近く、

日本品質の個室ネイルサロン

★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

17450 Colima Rd #3

Rowland Heights, CA 91748

ご予約は

TEXT: 626-225-2370

またはQRコードから



▼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。

ヘアエポック 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

ガロン10セント

水素水

免疫力を高めよう

日本製、コンパクト、高性能
(アンダーシンク)

水道の栓を開けるだけで
美味しい水が飲める

eSophia, Inc.
246 E. Fist St.
Los Angeles, CA 90012
Tel/Tel: 949-331-2519
eMail: eSophiaInc@gmail.com

木原手芸店・手芸教室 Kihara's Art & Craft Studio

手芸用品人生50年の集大成 木原静玉・著

伝統と昭和の手芸



日本語: \$25 英語: \$30

エッセイとともに綴る

日本伝統手芸の作品集です

お求めは下記まで

Tel: 310-538-5447

1604 W. 154th St, Gardena, CA 90247

www.kihara-artcraft.com

ラベストでも取扱: 310-538-4122

Diamond

Space

Easy Knit Sewing

SINCE 2008

自分の体型に

ぴったりな洋服作り

◆お腹や二の腕が気になる自分の体型に合わせた洋服作りませんか?

初めてでも簡単に仕上げることができます。

◆和裁、刺繍や編み物などの手芸もお問合わせください。

ダイヤモンドスペース・イーザーニットソーイング

diamondsewing@yahoo.com

(310) 702-2586

16901 S. Western Ave, #106, Gardena, CA 90247

■入り口とパーキングはビルの裏側■

日本語で学ぶ、今注目の 医療アートメイク

キャリアチェンジや キャリアアップに!



薄毛カモフラージュ頭皮アート

リップ・傷痕

妊娠線・乳首再生 3Dアート

など多彩なメニュー

■ライセンス取得 ■ティプロマ授与

詳しくはお問合わせください

電話/テキスト (424) 527-7330

.....

ペルーデビューティースタジオ

18051 Crenshaw Blvd. #A, Torrance, CA 90504



ラベスト読者だけにお届けする
“いいもの”通販

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お届け!メルマガ購読者だけの割引もあります!HPのフォームから購読登録してくださいね!



ご注文は 月~金: 10am ~ 5pm 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。
こちらまで TEL: 310-538-4122 オンラインショップ: lovest-la.com/shop

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

韓国特許取得の注目のスキンケア販売記念お試し価格キャンペーン

オーアイメソッド
パイテラピー クリーム
通常 \$200 → \$140 送料: 無料

VONESTIS ハン・ドスク院長によって開発された、ナノバイオ化した5つの配合成分(整肌成分)バイオ葉草針入りクリーム(韓国特許取得)。コラーゲン、ペプチド、エラスチン、ヒアルロン酸などが配合された精製された針状構造(葉草針)が不要な角質層を排出するのを助け、肌のターンオーバーを促進。さらに細胞にダイレクトに働きかけて使うほどに肌が内側から潤い、より健康な弾力のある肌へ導きます。

オーアイメソッド・パイテラピー
エッセンスシャンテ
通常 \$50 → \$35 送料: 無料!

石けんを超えた、泡の美容液。
主原料は、超低分子コラーゲン。
超低分子コラーゲンを3%以上も高配合したエッセンス石鹸。弾力のあるたっぶりの泡でお顔や身体を洗うだけでコラーゲンを導入することができ、しっとりとうるおい透明感のあるお肌へ導きます。上質なミクロのコラーゲンは、瞬時に肌の奥へ浸透し肌の生成組織を刺激することで、「コラーゲン」「ヒアルロン酸」「エラスチン」の生成を活性化させます。



白髪薄毛隠しヘアコンシーラー
①黒 ②ダークブラウン ③コーヒー
特別価格: \$14.99 送料: 無料!



お出かけや必要な時だけ生え際や薄毛をカバー。コンパクトで持ち運びも便利。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!

女性の守り神・愛のパワーストーン
ストロベリークォーツブレスレット
特別価格: \$29 送料: 無料!



周囲: 約18cm
石直径: 5-7mm
チェーン式(伸縮性なし)

ライラックピンクの毒水晶とシルバーのお洒落なブレスレット。女性の最高の守り神クリスタルと言われる毒水晶が愛と豊かさの良い人間関係を運んでくれます。

FROMNATURE
アンブル美容液 (30ml)
特別価格: 1個 \$24.99
W/ローションセット \$44.99
送料: 無料!

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。注目の美白成分・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ます。



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。

lovest VbrantGlamour ビタミン C & ナイアシンアミド

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(アンチエイジング)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

lovest OSELLINE クッション CC クリーム

特別価格 \$19 送料: 無料

韓国発ブランドのクッションCCクリーム。クッションスポンジに染み込ませたり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



lovest 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



ビタミンC
美白マスク

- 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
 - ③ 24K+ペプチド引き締めマスク6枚セット
 - ④ 美白・保湿・引き締め2枚ずつ6枚セット

+2枚プレゼント
種類はお任せください
※なくなり次第終了
※1人様1回限り

通常1枚 \$4.50 → \$2.50 / 6枚セット \$15 送料: 無料



アミノ酸やビタミンを豊富に含んだ注目の美肌成分「京都産・サッカロミセス培養溶解液」と、高保湿成分「ドイツ産・ジャンヒゲコンエキス」の2つの特許取得成分を配合した美容液をたっぷり含ませたアンチエイジングシートマスク。さら美白・引き締め・保湿成分を加えた美容液を25mlも含んだ、京都産シルク混紡のマイクロファイバーシートマスクが、お顔をピッタリ包み込み、有効成分を肌部に浸透させます。

米国内での販売価格・送料です。カリフォルニア在住の方の商品価格に対し 10.25%が課税されます。価格/送料は予告なく変更される場合があります。

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



Tokyo Beauty セフィーヌ

シルクメークアップベース (30g)

通常 \$58 → \$49 送料: \$5



ナチュラル イエロー

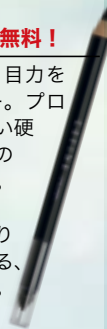
ファンデーションなしでもひと塗りでも色むら補正して、くすみのない透明感あふれる肌に仕上げるメイクベース。キメの整った美しさを夕方までキープします。SPF 30 / PA++++

Tokyo Beauty セフィーヌ

シルキーアイライナー

特別価格: \$26 送料: 無料!

プロが認める描き心地。目力をアップするアイライナー。プロ仕様だから一番使いやすい硬さを厳選したので、思いのままのアイラインが実現。こだわりのシルク処方。まつ毛や生え際をしっかり保湿。自然なラインを作る、ブレンド用スポンジ付き。



Scent of Lavender

グランデヘア育毛スカルプセラム

特別価格: \$95 送料: \$5



まつ毛美容液の実績をそのまま髪と頭皮に! ビタミン、ペプチド、アミノ酸を配合した育毛ヘア美容液。8週間ほど健康でボリュームのある髪を実感! (個人差あり) 内容量: 40ml

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: \$5



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します! 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: \$5

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



Tokyo Beauty セフィーヌ

UV カットシャワー SPF 30 / PA++++

通常 \$38 → \$34 送料: \$5

全身用日焼け止めローションスプレー。何度つけても白浮きナシ! さらに花粉やほこりの付着も防ぐアロマ成分でお肌をガード。汗・水・皮脂に強く長持ち。美容液成分配合でしっかりと肌をキープ。



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マシーン。マイクロカレントが表情筋と皮下組織に働きかけ、たるみやシワを軽減。通常品よりも 15% パワーアップでエステ級の効果でアンチエイジングを実現。

Scent of Lavender

HydroPeptide ソーラーディフェンス

通常 \$48 → \$44 送料: \$5



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)

銀座トマト USA

ローズプラセンタ・ジュエル

特別価格: \$65 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



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

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マ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 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 × 2
*ナイトクリーム 50ml
*デイクリーム 30ml



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返り、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 プレミッシュバーム

通常 \$75 → \$67.50 送料: \$9



ライト
クラシック
ハーニー

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

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ツ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

LIFEWAVE

Y-age グルタチオンパッチ

特別価格 \$79.95 送料: 無料!

日本ではアンチエイジングのグルタチオン点滴が話題! 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。



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。

編

へんしゅうこうき

集

すごかったですね、WBC!! 今まで経験したことのない奇跡と感動に出会えました。私は大谷選手の大ファンなので、待 JAPAN の日本での初戦から夜中 (いやもう未明) でもリアルタイムで全部観ました! イタリア戦でのフレッチャー、メキシコ戦でのサンドバル、そして決勝のアメリカ戦でのトラウトとのエンゼルス選手同士の対決も見ものでした。大谷選手は先発登板したイタリア戦ではフレッチャーにヒットを許し、メキシコ戦ではサンドバルの前に凡退しましたが、決勝の9回2アウトの土壇場、対トラウトの場面では気合いが違いましたね。『巨人の星』の星飛雄馬のように腫の中に炎が見えまし

た。背後に立ち上る炎見えました! ゴォォォっていう音も聞こえましたw。テレビの画面からも熱気が押し寄せてきました。そしてトラウトを三振に打ち取るなんて、完全に『巨人の星』を超えましたね。今大会は大谷さんのためのWBCだったと言われてますが、やっぱり一番凄かったのは栗山監督だと思います。大谷さんを始め、多くのヒーローを産んだ試合の数々は全て栗山監督の書いた脚本だったような気がします。そして今年も MLB 開幕。WBC で活躍した選手がたくさんいるエンゼルス、今年こそプレーオフに行けますように。ほんとにこんなに凄い選手がいるのになぜチームは弱い!?! (MK)

お得な情報満載のメルマガ配信中!
リアルタイムのお得で耳寄りな情報をお届けしています!
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!
登録無料。配信解除も簡単! lovest-la.com のトップページから登録してください。下のQRコードから飛べます!

記

後

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
*ホームページ (オンラインショップ) 制作 *動画制作
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!



No. 231

アンケート

回答方法: ① lovest-la.com の More メニューにある回答フォームで。
② E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: lovest 16901 S. Western Ave, #106, Gardena, CA 90247

希望商品名:

- お名前:
- 電話番号 * 当選のお知らせが出来る番号:
- Eメール:
- 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
- 年齢: * 年代だけでも OK
- この号をピックアップした街:

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
- 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
- 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: _____
どんなチャンネル? 好きな理由は? : _____

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けられないから
アスリートにもおススメのエナジードリンク
Yunker NSF20 本パック

3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: 5/15/2023
*当選の方はラベストオフィス (ガーデナ) でピックアップになります。



初夏のビューティー企画
最新アンチエイジングメイクアップ特集
メイク一つで見た目年齢マイナス10歳も夢じゃない! この号ではカバーしきれなかったメイク術を画像と詳しい解説付きでたっぷりご紹介。厚塗りにならないナチュラルなメイク方法をお届けします。
読者メイクアドバイザー (40代、50代!)、ご協力いただけるメイクアップアーティストの方、募集しています! 詳細は mail@lovest-la.com まで!

おため YouTube 特集
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 YouTube チャンネル企画! 次号ではできるかな? できますように!
まだまだオススメディア募集します! LAで活動中の YouTuber さん、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、変更するごときもありませんのでご了承ください。

婦人科検診

女性による、女性のためのクリニック

女性ドクターと女性スタッフのみによる、繊細で行き届いた治療で、あなたの不安を取り除きます。日本語を話すスタッフが丁寧に診察のお手伝いをしますので、初診の方や年配の方も安心して治療を受けていただけます。

- ♥ 子宮ガン検診
- ♥ 生理不順
- ♥ 出産前後の各種検査
- ♥ 超音波検査(クリニック内で可能)
- ♥ 子宮内膜症検査・治療
- ♥ 膣炎(おりものの異常・かゆみ・痛み・臭い等)
- ♥ 更年期障害等によるホルモンバランス調整
- ♥ 避妊相談
- ♥ 各種性病検査(パッケージもあり)
- ★ その他、お気軽にご相談ください



まゆみ メディカルアシスタント
Loraine Diego, M.D. アメリカ産婦人科学会認定専門医
アルマ メディカルアシスタント

“SCARLET” SRF

Short wave RF Microneedling
ダウンタイムなし。
既存の経皮的RFと比べ、コラーゲン密度の増加が格段にアップし、ニキビ跡・毛穴・シワのたるみ治療に最適。

“AGNES” RF

Microneedling
細い針でRFを使用して皮脂腺を直接破壊・治療。ニキビ全般、目の下のたるみ・脂肪・シワ、深いシワなど

DR.ディエゴ・メディカルスパのダイエットプログラム

trueSculpt ID
RF(ラジオ波)を使用した、「皮膚を傷つけずに脂肪細胞に最大24%破壊。痛みなしで部分痩せが実現!

エムスカルプトNEO
HIFEMエネルギーで筋肉増量&脂肪燃焼。筋肉の増大と脂肪の崩壊が同時に可能。たるんだお腹が引き締まり、シックスバックも実現!

ボトックス始めました。

失禁・尿もれでお悩みの方に...
BTL EMSELLA FDA認可
加齢や妊娠中などの失禁や尿もれは骨盤の周りの筋肉を鍛えることで劇的な改善が期待できます。お気軽にお問い合わせください。

bioTE ナチュラルホルモン補充療法
bioidentical hormone replacement therapy
更年期障害にお悩みの方一人一人の症状によりホルモンの種類や強さを細かくカスタマイズ。お尻のお肌から特殊な器具で注入し、ゆっくりじっくり作用していきます。

フェンタミン・プログラム
30日/60日コース。毎朝一粒飲むだけで食欲を抑えて体重減少。
★スキニーショットを使ったダイエットプログラムを始めました。
詳細は当院まで!

Tixel® レーザーと同等の効果で肌に優しい
熱エネルギーを素早く安全に皮膚に伝達し1cmの小さな部位にも照射可能。シワ、シミ、ニキビ痕を劇的に改善。EXO-XOM(上記記事)追加で、より高い効果が得られます。
InBody(体成分分析装置) 1回 \$30 ■医療グレードスキンケア各種販売中

Loraine Diego, M.D. 日本語ライン 323-828-4152
L.A. Downtown Medical Center
保険が無い方もご相談ください
●日本語でのサービス ●旅行保険取り扱い

英語: 213-388-2229 Mon - Fri / 9am ~ 1pm, 2pm ~ 5pm
*Close 1pm ~ 2pm
L.A. Downtown Medical Center 1F
1711 W. Temple St. #1070, LA, CA 90026

銀座トマトが贈る体の内側と外側から理想を叶える日本製・最高級アンチエイジングケア

ふかひれコラーゲン本真珠
3000mg 同時にふかひれコラーゲン
ヨシキリザメの天然ふかひれのみが持つ、3つの美容・健康成分と日本産アコヤ本真珠のミネラル豊富な真珠層を配合
一般的なコラーゲンサブリの最大43倍の吸収率
だから感じる違い、肌の調子、髪や爪のツヤ、老化防止、関節の健康

日本製 Shark Fin Collagen Pearl Plus 30 packs / \$120
飲むサブリ・リンゴ味

究極のアンチエイジングケア
1包でバラ100本分のバラプラセンタ配合
飲むローズプラセンタ サプリメント
4つのバラ美容成分をゼリー状スティック1本に濃縮!
バラプラセンタ × ローズヒップエキス
ダマスクローズウォーター × ダマスクローズオイル
さらにビタミンC、コラーゲンを配合! 内側から体全体の若返りをサポート
【こんなお悩みに】
☑ 体の各機能、細胞の活性化の低下を感じてきた
☑ すぐ疲れるようになってきた
☑ 動物の胎盤由来のプラセンタには抵抗がある

10g 30包 (約1ヶ月分) \$65

銀座トマトが誇るアンチエイジング原料
バラプラセンタ®エキス(世界パテント)と6種類の幹細胞エキス、3種類のヒアルロン酸を配合した、“つまめる”濃密ジェル
美白・シミ取り効果あり 日本製 160ml / \$52
これ1つで驚きの肌へ導くオールインワンジェル

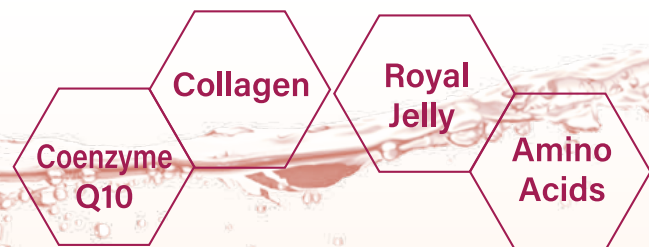
シックスダウン
SIX DOWN
古代のアフリカ狩猟民族時代から現代に継承され続ける奇跡の実 アフリカマンゴノキ
アフリカマンゴノキは食欲を満たし、満足感が得られる今最も注目される食材です。
日本政府機関の消費者庁に機能性表示食品として、科学的根拠のあるダイエット商品として登録されています。
機能性表示食品
3錠入りポーチ x 30包 (約1ヶ月分) \$75

6つの“減らすサポート”機能

- 中性脂肪を減らしたい
- 体脂肪を減らしたい
- 体重を減らしたい
- 内蔵脂肪を減らしたい
- ウエストを減らしたい
- BMI値を減らしたい

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 health & beauty.
- ◆ For healthy tone & lustrous skin.

**Q10
COLLAGEN**
Yogurt Flavor
Dietary Supplement

美容と健康のサポートドリンク



ハリのあるお肌の維持に。

ふるるんぎゅっぎゅ!

BEAUTY & HEALTH



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