



Bimonthly Japanese Magazine
kirei and Genki Trends For you!

love

ラベスト

vest

No. 243
Apr. 2025

春のビューティー企画

髪が変われば、私が変わる。

2025 春の美髪プラン

オバちゃんでもわかる！

AI 超 基礎講座

最新の話題や
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



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。

婦人科検診

- ♥ 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

“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。



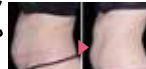
“SCARLET” SRF
Short wave RF Microneedling

ダウンタイムなし。既存の
経皮的RFと比べ、コー
ゲン密度の増加が格段に
アップし、ニキビ跡・毛穴
・シワ・たるみ治療に最適。



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!



BTL EMSELLA
失禁・尿漏れでお悩みの方に

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。



FDA認可

NEW! Alma IQ導入!

肌の状態を革新的な技術により
詳細に分析し、パーソナライズ
された治療プ
ランの提供
が可能になり
ました。



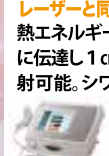
AquaFirmeXS

薄毛治療やフェイ
シャルトリートメント
をヒト幹細胞培養液
を使用してこれ一台
で治療出来る日本未
上陸の機械。



Tixel®

レーザーと同等の効果に優しい
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
追加で、より高い効
果が得られます。



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!



Harmony XL Pro Laser

お肌の悩みからタトゥー除去ま
で68種類のスキントラブルに対
応する最新
鋭のレー
ザー治療
FDA認可



Before After

bioTE ナチュラル
ホルモン補充療法

フェンタミン・プログラム
ボトックス始めました

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

Loraine Diego, M.D.
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



日本語 323-828-4152
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



銀座トマト最上級のプロポリス

最上位ランクエキストラグリーンプロポリス使用

美容・健康・免疫
を自然の力で体の内側からサポート

銀座プロポリス
3大ポイント

- 1日2粒で
約200mg
約3ヶ月分
- エキストラ
グリーンプロポリス
- アルテピニンC
フラボノイド
含有
- ビュアプロポリスを
乾燥抽出するのと抽出
特殊製法
プロポリス系をダブル配合

含有成分29種類の飲むサプリ
アルテピニンC・クマル酸・フラボノイド7種
アミノ酸13種・脂肪酸7種

こんな方におすすめ:

- * 体調管理をしっかりしたい方
- * 季節の変わり目に敏感な方
- * ハードな日々でも元気に過ごしたい方
- * 健康を維持したい方
- * 年齢に負けず美しく若々しくいたい方



日本産
180粒 \$120

飲むバラのプラセンタエキス

美容と健康のサブリ
美白・ハリ・体のサビ防止・若返り

美容成分がぎゅっしり

1瓶でなんと
バラ3,000本
のバラプラセンタ

飲みやすいゼリータイプ
日本製 \$65
ローズプラセンタジュエル
300g(10g x 30粒)

バラプラセンタだから期待できる

- * コラーゲン生成力で肌の弾力とハリ
- * ターンオーバー促進でキメと若返り
- * フリーラジカル除去(体のサビ防止)
- * ビタミンCより高い抗酸化力で
美白と透明感

植物由来100%の天然美容オイル

老化の原因は
「乾燥」

スキンケアの仕上げだけでなく、
ブースターとしても使えるオイル
美容に必要な油分も、加齢で減っ
たり洗顔で必要な油分まで洗い
流してしまう場合もあります。素肌
にオイルを直接塗ることで、油分
バランスが整ったお肌に。

ビュアオイル100
日本製 28ml \$43

世界唯一のバラ
の胎座から作られた
植物性プラセンタ

つかめるヒアルロン酸
翌朝感動するお肌へ

美肌と呼ばれる肌には、
潤い、なめらか、はり、
弾力が大事。植物の再生
能力から誕生したスキ
ンケアをお試しください。

日本製
160ml \$58
オールインワンフェーシャルジェル

GINZA
TOMATO

www.ginza-tomato.com

ginza-tomato@majestic-us.com

Follow us on Instagram! ginzatomatousa

DR. SHIN Spring Special

(04/01~05/31/25)

LIFTING & TIGHTENING



手術不要、ダウンタイムもほとんどありません

CoolSculpting® は、制御された冷却技術を使用して脂肪細胞を凍結する、世界ナンバーワンの体に負担をかけない脂肪減少処置です。



30% Off



NCTF 135 HA
(AKA CHANEL INJECTION)

HYCOOX
Multi Suction Injector



1 time Treatment ~~\$500~~ ➔ **\$300**
5 times Treatment ~~\$2,000~~ ➔ **\$1,200**

- ・シワやほうれい線を目立ちにくく、ふっくらハリのある肌へ
- ・キメを整え、透明感のあるなめらか美肌に
- ・しっとり潤いを与え、乾燥による小ジワを防ぐ
- ・シミやくすみにアプローチし、明るい印象へ
- ・肌本来の力を引き出し、健やかに整える

Special Slimming Injection

二重アゴやフェイスラインのもたつき、肌の弾力不足が気になる方、余分な脂肪をすっきりさせたい方におすすめの施術です。

No Double Chin
No Lumpy Skin
No Excess fat



1. 入院や特別な準備は不要で、安心して受けられます。
2. 顔のさまざまな部分に施術可能です。
3. たるんだ肌を引き締め、なめらかに整えます。
4. ダウンタイムがほぼなく、施術後すぐに普段の生活に戻れます。
5. ご希望の仕上がりに応じて、複数回の施術も可能です。

1 Bottle ➔ **\$150**
2 Bottle ➔ **\$200**



Ulthera
600 Lines
~~\$1,500~~ ➔ **\$1,200**

Ultra Skin
Face x1
~~\$800~~ ➔ **\$700**

V-MAX
Face x1
~~\$400~~ ➔ **\$300**

Oligio
Face x1
~~\$1,200~~ ➔ **\$1,200**

World Most Advanced PICO LASER!



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

PICO CARE MAJESTY
INTRODUCE PRICE

ベネフィット

- ・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~~ ➔ **\$300**
10 Time ~~\$3,200~~ ➔ **\$2,000**

MLA

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

Spectra toning

* シミ・肝斑の改善 / 除去
* 肌のトーンを均一に整えます

1 Time ~~\$200~~ ➔ **\$150** 10 Times ~~\$1,200~~ ➔ **\$1,000**

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のお悩みにも。

1 Time ~~\$250~~ ➔ **\$200**
3 Times **\$500**



Hair Removal

Upper Lip, Under arm, Chin,
Lower leg, Bikini



Allē
by Brilliant Distinctions™



➔ **\$12 / unit**



➔ **\$500 / Syringe**



➔ **\$800 / Syringe**



\$800 / Syringe



SHIN FAMILY MEDICINE & LASER CENTER

shinfamilymedical@gmail.com

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

新オフィスに移転しました

2780 Skypark Dr. #200, Torrance, CA 90505



lovest 2025©

No. 243 APR / MAY 2025

PUBLISHED BY RYOU ENTERPRISES, INC.
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.....22

Nishida Shiatsu Center.....23

Shin Family Medicine &

Laser Center.....1

■クラス・習い事

Diamond Space Easy Knit

Sewing.....25

LAPOM (Majan Class).....23

■健康／美容商品関連

Lifewave.....29(Inside BC)

Sato Pharmaceutical.....

.....14 & Back Cover

Tokyo Beauty.....2 (Index)

■食品／フードサービス／飲食店

Hokto Kinoko.....17

■スピリチュアル／占い

Majo Tomoe.....7 & 26

■パーソナルトレーナー

FitBody (Mike Miyamoto) 16

■ビューティーサロン／SPA

B-1 Hair Studio.....11

Beauty Care La PinKie... 11

Bellute Beauty Studio.....

.....12 / 13 / 27

Cenka Healing Salon.....9

Nami's Skin Care.....7

Yukako Hair Removal.....9

■マッチングサービス

Miwako's Asian Connection... 14

巻頭特集：春のビューティー企画

髪が変われば、私が変わる。 2025 春の美髪プラン 4

おばさんでもわかる AI 超基礎講座 16

連載

スキンケアおたく Yuko が送る／美活の流儀 12

ビューティーおたく KUMIKO が贈る／美魔女道 13

MIWAKO のカップル誕生物語／おひとり様からおふたり様へ 14

カリスマトレーナー Mike 宮本の／ビューティダイエット 16

ホクトキノコ提供／きのこで菌活！ 17

読者アンケート／ぼくらはみんな必死に生きている！? 22

ラベスト厳選！／いいもの通販 24

魔女ともえの今月&来月の占い／秘法カバラ数秘術 26

クラシファイド／ラベスト掲示板 27

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.

TOKYO BEAUTY

開店セール開催中



■オンラインショップ: tokyobeautyproducts.com

■電話注文: 310-878-8888 *商品がなくなり次第閉店します。ご了承ください。

平素より東京ビューティをご愛顧いただき、誠にありがとうございます。

さて、突然のお知らせとなりますが、「東京ビューティ」は、誠に勝手ながら

2025年4月末日をもちまして、閉店する運びとなりました。

20年間にわたり、多くの方々に支えられ、今日まで営業を続けてまいりましたが、

取扱いブランドのセフィーヌ株式会社のM&Aに伴い、このたび一つの区切りを迎えることとなりました。

長きにわたるご愛顧に、心より感謝申し上げます。

皆様の温かいご支援とご愛顧があったからこそ、この20年間を無事に過ごすことができました。

お客様との出会い、そしてその中で築き上げた絆は、かけがえのない宝物です。

これからも皆様のご健勝とご多幸を、心よりお祈り申し上げます。

閉店後も、皆様の生活がより一層豊かで幸せなものでありますように。

2025年4月

東京ビューティ代表 Mamiko Benoit

佐藤製薬が作ったアンチエイジングスキンケア

Excellula

ゴールドパッケージに
リニューアルしました！

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

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を呼び覚まします。

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が日中に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。

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。濃密な泡が明るくなめらかで毛穴の目立ちにくい肌へ導きます。

★ラベスタップの新エクセルーラ体験レポート★

インナードライ肌を修復してしっとりもちもち 改めて保湿ケアの重要さを実感できるスキンケア

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だった私。しかし、超保湿ケアのエクセルーラを使い続けるうちにそれが間違っていたとわかりました。

エクセルーラのソープはネットを使うと豊かに泡立ち、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、これだけで十分潤いを感じます。またエマルジョン（乳

液）とクリームは超保湿仕様なのにサラッとしてベタつかず、気持ち良い使い心地でした。

約1ヶ月使い続けると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。私は実は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」だったのです。

乾燥肌でもそうでなくても保湿ケアは美肌づくりの大前提。しっかり保湿ケアすれば肌が変わることをエクセルーラで実感できました。

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。



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



sato
HEALTHCARE INNOVATION

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！



髪が変われば、私が変わる。

2025 春の美髪プラン

新しい季節、新しい私。髪が変わると気分もアップ！

この春はツヤと潤いを味方につけて、もっと輝く自分へ。

最新のヘアケア&スタイルで、心まで軽やかに変えてみませんか？

あなたにぴったりの美髪プランをお届け！

診断結果&おすすめケア

乾燥ヘアタイプ

水分をしっかりキープするために、高保湿系のシャンプー&トリートメントを。アウトバストリートメントで潤いをプラス！



ダメージヘアタイプ

集中補修系のトリートメントやヘアマスクを取り入れて。乾燥を防ぐために、ドライヤー前のオイル&ミルクは必須！



くせ毛タイプ

しっとり系のシャンプー&トリートメントで保湿をしっかり。広がりを抑えるために、ヘアオイルやミルクで髪をコントロール！



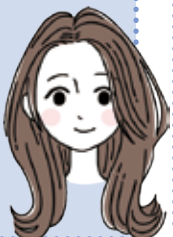
直毛タイプ

ツヤを生かすために、軽めのオイルやサラサラ系のトリートメントを。ペタンコになりやすいので、ふんわり仕上げるヘアケアを意識！



普通毛タイプ

髪を健康をキープするために、ダメージを防ぐヘアケアを心がけて。季節ごとにシャンプーやトリートメントを見直すのもおすすめ！



猫っ毛タイプ

根元からふんわりさせるボリュームアップ系のシャンプー&スタイリング剤を。ドライヤー時に下から風を当てるのも◎！



まずは髪質診断

あなたの髪はどのタイプ？

次の質問に YES / NO で答えて、あなたの髪のタイプをチェック！

Q1. 髪を乾かした後、毛先がパサついたり、広がりがやすい？

○ YES → Q2 へ

X NO → Q3 へ

Q2. 髪の傷みが気になる？（枝毛・切れ毛がある、ツヤがないなど）

○ YES → 【ダメージヘアタイプ】 へ

X NO → 【乾燥毛タイプ】 へ

Q3. 髪は基本的にまっすぐで、アイロンなしでもまとまりやすい？

○ YES → 【直毛タイプ】 へ

X NO → Q4 へ

Q4. 髪がうねったり、湿気で広がりがやすい？

○ YES → 【くせ毛タイプ】 へ

X NO → Q5 へ

Q5. 髪が細くて柔らかく、ペタンコになりやすい？

○ YES → 【猫っ毛タイプ】 へ

X NO → 【普通毛タイプ】 へ



加齢による髪のお悩み ケア講座

お肌やカラダと同様、年齢とともに髪質が変化し、さまざまな悩みが現れます。正しいケアを取り入れて、健やかで美しい髪をキープしましょう。

加齢による髪のお悩みランキング

1位：白髪

白髪は毛根にあるメラノサイト（色素細胞）の働きが低下し、



メラニンが作られなくなることで発生します。加齢による影響が大きいものの、生活習慣やケア次第で進行を緩やかにすることは可能です。

まず、血行不良はメラノサイトの機能低下を招くため、ブラッシングや頭皮マッサージを習慣にし、頭皮の血流を促しましょう。また、栄養バランスの取れた食事を心がけることも重要です。メラニン生成を助ける栄養素として、銅（黒ごま・ナッツ類・レバー）、チロシン（大豆製品・乳製品・亜鉛（牡蠣・赤身肉）、ビタミンB群（豚肉・魚・海藻類）などを意識的に摂るとよいでしょう。さらに、紫外線やストレスはメラノサイトの機能を低下させる原因になるため、UV対策やストレス管理も白髪予防の一環と

2位：薄毛

加齢による薄毛は、ホルモン

バランスの変化

や血流の低下が原因。育毛を意識した頭皮ケアが重要。シャンプー前には指の腹で優しく頭皮をほぐし、血行を促進しましょう。

洗浄力の強すぎるシャンプーは避け、アミノ酸系の優しいシャンプーを選ぶと◎。また、頭皮環境を整える作用のあるナイアシンアミドやビタミンEなどを配合した頭皮美容液や、FDA認可のある育毛成分、ミノキシジルなどを配合した育毛剤を取り入れるのも有効です。生活習慣では、睡眠不足やストレスを避け、適度な運動を心がけることが髪の健康につながります。



して役立ちます。毎日のケアを続けることで、白髪の進行を遅らせ、健康的な髪を維持しましょう。

3位：ハリ、コシ、ボリューム減少

加齢によって髪のポリウムが減

るのは、髪の主成分であるケラチンの減少や、頭皮の

血行不良が原因の一つ。ケアの基本は、髪に必要な栄養を補給し、健康な髪が育つ環境を整えることです。

〈復活のためのアイデア&習慣〉

ケラチンの元となるタンパク質（肉・魚・卵・大豆）と、髪の生成をサポートするビタミンB群（レバー・ナッツ・乳製品）を積極的に摂りましょう。



4位：ツヤがない

髪のツヤは、キューティクルの

整い具合と、髪内

部の水分・油分の

バランスによって

決まります。乾燥やダメージ、加齢による皮脂分泌の減少がツヤ不足の原因になることも。ツヤ髪を取り戻すには、適切な保湿とダメージ補修が鍵です。

洗浄力が強すぎるシャンプーは、髪の油分を奪いツヤを低下させる原因に。アミノ酸系やセラミド配合のシャンプーで、髪と頭皮のうるおいを守りながら優しく洗浄しましょう。アウトバスでは、髪の表面をなめらかにし、光を反射しやすくする効果がある。アルガンオイル、ホババオイル、マカダミアナッツオイルなどが配合された植物油オイル系のトリートメントでしっかりと保



また、頭皮マッサージやツボ押しで血行を促すれば毛根にしっかりと栄養が届きます。ツボ押しは、「百会（ひゃくえ）／頭のてっぺん、真ん中あたり」や「天柱（てんちゅう）／首の後ろ、髪の生え際の両側にあるくぼみ」をこまめに押してみよう。

さらにスタイリングの際は、ドライヤーで髪の根本を持ち上げるように乾かし、最後に冷風でキープするとボリューム感アップし、軽いワックスやポリウムスプレーで根元をふんわりさせると、見た目の印象も若々しくなります。

5位：頻繁な白髪染めによるダメージ

白髪の生え際のり

タッチを頻繁に繰り返

返しは髪と頭皮に大

きな負担を与えます。

カラー剤に含まれる

アルカリ剤や過酸化水素は、キューティクルを開いて髪の内部に浸透させるので、リ

タッチの髪のタンパク質や水分が失われ、

パサつき・切れ毛・ゴワつきや、ハリ・コシを失う原因になります。

また、頭皮もカラー剤の影響を受けやすく、刺激が蓄積されると炎症を引き起こし、健康な髪の成長を妨げる可能性も。皮膚が薄く、ダメージが出やすい部位なので、頻繁なリタッチ避けたいところです。

リタッチの間隔は少なくとも4週間の間隔を空けることが推奨されます。その間の生え際の白髪が気になる場合は、シャンプーで落ちる白髪隠し用のヘアカラーパウダーやスプレー、部分的なヘアピースを活用するのもおすすめです（ラベストショップでも売っています♪詳細は次のページ）。





うねり、ゆがみ、加齢による髪の悩みに！

RE BONDING シリーズ

カラーやパーマによる髪のダメージや、年齢によるうねり・ゆがみに悩みにフォーカスした Re Bonding シャンプー&トリートメントは、熱の力を利用する成分「ATS」を配合し、ダメージ補修・髪質改善・形状記憶をサポート。使用後に使うドライヤーやアイロンの熱を味方に、サロン帰りのような美しい髪をキープできる。

RE BONDING Shampoo 500ml \$45

アミノ酸系洗浄成分配合で頭皮に優しく、豊かな泡立ち。柑橘系の香りで爽やかに洗い上げる。

RE BONDING Conditioner 500ml \$48

ATS がダメージ補修&髪質改善。しなやかでまとまりのある髪へ。

【取扱】 LA PINKIE tel: 310-259-8738 web: lapinkie.com

ラベスト通販 (p24) でも
トライアル価格で販売中！

美髪促進！ おすすめ ヘアケア

*参考症例写真は個人的なものであり、結果には個人差があります。
*記載の価格はメーカー提案価格 (MSRP) / ラベスト直販商品を除く



幹細胞を活性化して若返り

幹細胞活性パッチ・X39

30 枚 \$145

X39 パッチは幹細胞を活性化し、体の修復力を高める先進技術。細胞の若返りを促し、髪のボリューム増加や白髪の改善にも期待。貼るだけで成長因子の生成をサポートし、頭皮環境を整え、健康な髪を育む。全身の再生力を引き出し、肌のハリやエネルギーアップにも貢献。薬剤を使わず自然なプロセスで細胞レベルの若返りを実現し、美しさと活力を内側から引き出す。

【詳細・取扱】 web: stemcellact.com

ラベスト通販 (p24) でも
お買い得価格で販売中！



幹細胞が髪と頭皮を育てる！

DEIRIVE シリーズ

ヒト幹細胞培養液とペプチドを配合し、頭皮環境を最適化。毛根を活性化し、抜け毛を防ぎながら健康な髪の成長を促す。特許技術の微細針が有効成分を深部まで届け、浸透力を強化。毛髪再生をサポートし、ハリ・コシのある髪へ導く。クリニックレベルの先進技術

を採用しながら、ダウンタイムなしで手軽にケア可能。髪の悩みに本格アプローチし、理想のボリュームを実現。価格などの詳細は Dr. Diego オフィスまで。

【取扱】 Dr. Diego M.D. tel: 323-828-4152



水道水の不純物から 髪を守るイオンシャワー

4Way フィルターシャワー トライアル価格 \$39

水道水の塩素や不純物が髪を傷める原因に。高性能フィルター搭載のシャワーヘッドが、不純物をしっかり除去し、髪と頭皮をやさしく守る。潤いをキープし、カラーやトリートメントの持続力も向上。4WAY 切り替え機能で好みの水流を選べ、心地よい洗い心地を実現。さらに、節水設計で水の使用量を抑えつつ、しっかり洗浄できる。



ラベスト通販 (p24) で販売中！



大ヒットまつ毛美容液発の育毛セラム

GrandeHAIR 40ml \$79

人気まつ毛美容液・GrandeLUSH のメーカーが開発した先進育毛セラム。ペプチドやアミノ酸を豊富に配合し、毛根を活性化。薄毛や抜け毛を防ぎながら、太く強い髪の成長を促す。軽いテクスチャーで頭皮に素早く浸透し、日常のケアに取り入れやすい。髪だけでなく、まつ毛や眉毛のボリュームアップにも活用可能。簡単なセルフケアで、健やかで美しい髪へ導く。

【詳細・取扱】 Scent of Lavender
tel. 626-793-8121
web: scentoflavender.com

ラベスト通販 (p24) でも
お買い得価格で販売中！



生え際の薄毛、白髪隠し、 トップのボリュームアップに

高品質・ナチュラル人毛トップピース ブラック/モカ \$45

柔らかく滑らかでからみにくい最高級の人毛を 100% 使用。ウィッグではなく、軽いヘアピースなので“乗せている感”ナシ。自然に地毛への馴染みも良く、360°に広がるように設計されているので、気になる部分をしっかりカバー。前後 2つのクリップで簡単に装着でき、クリップ部分の当て布はメッシュで通気性もよく、頭皮と同じベージュなので目立たない。長さ：前髪部分 12cm その他最長部 25cm

ラベスト通販 (p24) で好評販売中！



ぽんぽん叩いて薄毛や 白髪を一瞬でカバー

ヘアコンシーラーパウダー ブラック/ダークブラウン \$14

必要な時だけ生え際の白髪や、薄毛が気になる部分がカバーでき、見た目年齢も若返る便利なヘアコンシーラー。微細なファイバーが主成分なので、ボリュームアップも実現。頻繁な白髪染めのリタッチで髪の傷みにお悩みの方にもおすすめ。パウダーをパフにつけてなぞるだけ。シャンプーで洗い流せるので気軽に使える。

ラベスト通販 (p24) で販売中！

Nami's Skin Care

tel: 949-502-5050

web: namiskincare.com

4482 Barranca Pkwy Suite 180

Irvine CA 92604

*この下の広告もご覧ください

Keravive by HydraFacial 髪は頭皮から



アーバインの総合
ビューティースパ、
「Nami's Skin Care」
では、ハイドラセ
ラビーを利用した
スカルプケアを開
始しました！

年齢を重ねるにつれて、髪のボリュームが減ったり、ツヤがなくなったり、抜け毛が気になったりしませんか？ その原因のひとつが頭皮環境の乱れです。髪が育つ土台である頭皮に汚れが溜まると、毛根の働きが弱まり、健康な髪が育ちにくくなります。そこでおすすめなのが、ハイドラフェイシャル技術を応用したスカルプ



1回の施術+毎日のホームケア*結果には個人差があります

ケア、「Keravive (ケラビープ)」です。

ケラビープとは？

ケラビープの最大の魅力は、ハイドラフェイシャルの特許技術「Vortex (ボルテックス)」を活用した3つのアプローチで、頭皮環境を根本から整えること。

①まず、毛穴の奥の汚れを徹底的にクレンジング。皮脂や古い角質、スタイリング剤の残留物などをやさしく取り除き、頭皮をすっきり清潔にします。クレンジングをしっかり行うことで、毛穴が詰まりにくくなり、髪が元気に育つための土台を整えます。

②次に、栄養をたっぷり補給。クレンジング後の頭皮はまるでスポンジのように有効成分を吸収しやすい状態。ここで、成長因子やペプチドをたっぷり浸透させ、毛根を活性化させます。

③最後に、赤色LEDライトを照射し、血行を促進。血流が良くなることで、毛根に必要な酸素や栄養が行き届き、より健康的な髪の成長をサ

ポートします。さらに、自宅ケア用のペプチドスプレー (別売り) を併用することで、施術後も継続的に頭皮を整えることができます。

臨床試験で証明された効果

このスカルプケアは、臨床試験でもその効果が証明されています。44名の男女が1ヶ月に1回の施術と5ヶ月間の自宅ケアを行った結果、53%が髪の健康状態の向上を実感し、69%が髪のボリュームアップを感じたと回答しました。さらに、82%が「髪がツヤやかになり、白髪が目立ちにくくなった」と実感し、64%が抜け毛の減少を、49%が新しい髪の成長を感じたという結果が出ています。

髪の悩みは、加齢のせいと諦める必要はありません。頭皮をしっかりとケアすることで、髪の未来は変えられます。清潔な頭皮環境を整え、栄養を補給し、血行を促進することで、健やかで美しい髪を育てましょう。「Nami's Skin Care」のケラビープで、あなたの髪に自信を取り戻しませんか？

Keravive by HydraFacial スカルプクリーニング

Half head/\$175, Full head /\$275

SPECIAL: 4月末日まで上記が 20% OFF

Nami's Skin Care in Woodbridge, Irvine

“素肌美人をめざす”

NEW

頭皮&育毛ケア Sculp Cleanse \$175
+Keravive (育毛トリートメント) \$275

\$20 OFF スペシャル 2025年 4月末日まで

頭皮の詰まりをハイドラフェイシャルのマシンで削り取り、皮膚を健康に保ち、皮脂の詰まりによる脱毛、薄毛を改善。また、Keraviveの増毛美容液を頭皮に深く浸透させます。

シミ、シワ、毛穴…あらゆる肌の悩みに！

ハイドラフェイシャル

◆Deep Cleansing \$195 ◆Acne Deep Cleansing \$215

水流を利用した最先端のディーブクレンジング。最小限の刺激で最大限の効果が期待できます。

My Beauty Health

アプリを利用すると

★頭皮育毛ケアと

★ハイドラフェイシャルが

\$15 OFF! ※詳細は来店時にご案内

小ジワの症例：施術前と1ヶ月後

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…\$185+tax

ミニグリーンピール \$210

フレッシュアップピール \$190

1日コースのお手軽グリーンピール。ディーブなグリーンピールが行えない方にお勧め。施術直後のお化粧も可能です。

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。

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/\$100~\$115

無料コンサレーション

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!!

人間の手によ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、ハリのあるスルスルなお肌へと導きます。

■フェイスコース \$100 (リフト/引き締め)

■ボディコース \$100 (セルライト/痩身/リンパドレナージュ)

オキシジェンセラピー

空気圧を利用したアンチエイジング

●Face: \$140/\$175/\$235

●Hands: \$55

NAMI'S SKIN CARE ご予約は日本語でどうぞ

tel: 949-502-5050

4482 Barranca Pkwy. #180, Irvine, CA 92604

【営業時間/完全予約制】

*月~木: 9AM~9PM

*9AM~7PM *日: 休業

WWW.NAMISKINCARE.COM

日米比較 大人女子の ヘアトレンド 事情

日米ヘアスタイルトレンド

日本のヘアスタイルトレンド

日本では、上品さや清潔感を重視したスタイルが人気です。特に大人の女性には、ショートなら「ショートボブ」や「ハンサムショート」が人気。顔まわりをすっきり見せながらも、女性らしい印象を残せるの



ハンサムショート



ショートボブ



ひし形レイヤー



くびれミディ

が魅力です。お手入れがしやすく、スタイリングが簡単に決まるのも嬉しいポイント。

ミディアムレンスで、ここ数年で注目されているのが、「くびれミディ」や「ひし形レイヤー」。顔まわり

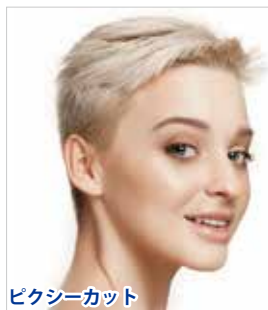
りにレイヤーを入れることで小顔効果もあり、ふんわりとした軽やかな動きが出るため、髪の毛のボリュームが気になり始めた方にもぴったりのスタイル。

ロングヘア派には、「ナチュラルストレート」が人気。あえて巻かず、サラッとまとまる質感を大切にしたいスタイルで、艶のある美しい髪を活かすことがポイントになっています。髪にクセやダメージがある場合、ヘアサロンでは髪質改善トリートメントと合わせて提案されることも多く、ヘアケアの重要性がますます高まっています。また、最近ではまとめ髪のトレンドも広がっており、低めのシニヨンやルーズなお団子

ヘアが人気。きつちりしすぎず、ほどよく崩したナチュラルなアレンジが、大人のこなれ感を演出してくれます。日本では、手の込んだスタイリングよりも、シンプルでありながら上品に見えるスタイルが好まれる傾向があるようです。

アメリカのヘアスタイルトレンド

一方、アメリカでは、日本よりも自由で大胆なスタ



ピクシーカット



テクスチャー・ボブ

イルが多く見られます。大人の女性の場合には日本と対照的に、ボリュームを活かしたロングレイヤーや、クセ毛を生かしたウェーブヘアが人気。ナチュラルな動きを大切に、過度なブローやスタイリングをせず、ラフな雰囲気を楽しむのが特徴です。

ショートヘアなら、「ピクシーカット」やテクスチャードボブ」がトレンドです。ピクシーカットは、短めの前髪とトップにボリュームを出したクールな印象のスタイルです。テクスチャードボブは、レイヤーをたっぷり入れた動きのあるボブスタイルで、スタイリングを軽く済ませるだけで仕上げるため、手軽におしゃれを楽しめます。

また、50代以上の女性には、シルバーヘアを活かしたスタイルが増えていきます。白髪を無理に隠さず、あえておしゃれなグレーヘアボブやロンググレーウェーブにする人も多く、年齢を重ねた美しさを楽しむという考え方が広がっています。

全体的に、アメリカでは「ナチュラル」や「エフォートレス（頑張りすぎない）」を意識したスタイルが主流。ブローやアイロンで完璧に仕上げるよりも、ラフで自然な動きのあるスタイルが好まれる傾向があります。

日米、どちらも「自分らしさ」を大切にしながら、トレンドを楽しむことが今の時代のヘアスタイルのポイントといえそうです。

日米ヘアカラートレンド

日本では、ベージュやピンク、アッシュ系の明るめカラーが人気を集めています。特に、肌なじみのよいピンクベージュやラベンダーアッシュは、大人の女性の魅力を引き立てる色として注目されています。また、柔らかな印象を演出できるミルクティーベージュも好まれています。



ピンクベージュ



ラベンダーアッシュ

さらに、髪に立体感を出すバレイヤージュや、顔まわりに明るいカラーを入れるフェイスフレーミングなどのテクニックを取り入れるのも引き続き人気があります。また、ダメージを抑えながらカラーを楽しめるケアブリーチの需要も高まっています。



バレイヤージュ



フェイスフレーミング

対してアメリカは、日本と同様に明るめのベージュやゴールド系のカラーが人気です。特にハニーゴールドやキャラメルブラウンは、温かみがあり、大人の女性にぴったりの色合いです。ナチュラルなバレイヤージュやローライトを取り入れることで、伸びても根元が気になりにくく、手入れが楽なスタイルが好まれています。顔まわりにハイライトを入れることで華やかさをプラスするスタイルも人気です。

ホームケアに取り入れたい ヘアケアトレンド

近年のヘアケアトレンドを、デバイス、コスメ、カラーの3つのカテゴリーに分けました。大人の女性たちの髪をより美しく健やかに保つ優れたものをご紹介します！

ヘアケアデバイス

近年、ヘアケアデバイスの進化が目覚ましく、特にドライヤーは最新技術を駆使したものが次々と登場。一世を風靡した「Dyson Supersonic」や「Refa BEAUTÉCH DRYER」などは、強い風量を保ちつつも低温設計で、イオン発生機能との相乗効果で髪を傷めにくいのが特徴。従来の高温で乾かすタイプとは異なり、うるおいを守りながら速乾できるため、髪のダメージを気にする大人女性に最適です。



dyson
Supersonic
\$429.99 ~

ヘアアイロンも進化しており、カーボンレイヤープレートを採用したものが、自動で温度調整を行うスマートアイロンなどが人気を集めています。

頭皮マッサージデバイスも注目されており、LED照射や振動機能付きのスカルプケアデバイスが自宅で手軽に使えることから、エイジングケアの一環として取り入れる人が増えています。

ヘアケアコスメ

髪質改善を目的とした高機能なヘアケアアイテムも続々と登場！特に、オイルやセラムは大人の女性に欠かせないアイテムになりつつあります。

例えば「Olaplex No.7 ボンディングオイル」は、髪の内部補修をしながらツヤとまとまりを与えることで話題になり大ヒット。「モロッカカンオイル」も根強い人気。これはアルガンオイルを主成分とし、乾燥した髪にしっかりと潤いを与えてくれます。



Olaplex No.7
Bonding Oil \$30
髪のダメージを補修し、ツヤと柔らかさを与える

さらに、週に1〜2回のスペシャルケアとして、ダメージを補修するヘアパックも注目されています。例えば「KERASTASE クロノロジストヘアマスク」などは、保湿成分が豊富で、年齢によるパサつきを抑えながらハリ・コシを与える効果が期待できます。



Kerastase
Chronologiste Hair Mask
\$75
髪と頭皮のエイジングケアに特化した高級ヘアマスク

ヘアカラーサポート

大人女子のための白髪対策ヘアカラーも進化しています。髪や頭皮へダメージが気になる人には、「Naturintu」や「Herbatint」などのナチュラル系ブランドのヘアカラーや、髪に浸透せずコーティングするだけでダメージ

を抑えつつ、4〜8週間色持ちするセミパーマメントカラーが人気。特に、植物由来成分を配合したカラーや、ツヤと柔らかさを出しながら自然に染まる処方のものが注目されています。



さらに、白髪をしっかりと染めるのではなく、「ぼかす」という考え方も広がっており、白髪と馴染みやすい明るいブラウン・ベージュ系のカラーが人気。髪全体を白髪染めするの抵抗があるという人には、セルフカラーでもバレイヤージュやグラデーションのように筋を入れて立体感を出すタイプのカラーキットもオススメ。これだと根元が伸びても白髪が目立ちにくく、ナチュラルな仕上がりが長持ち。



L'Oreal Paris Frost and Design Cap Highlights
\$10 ~ \$15
(Amazon.com)
キャップ付きで簡単に使える



Fanola
No Yellow Shampoo
\$12.25 (30ml/Amazon.com)
ブロードやグレー髪の黄ばみを抑える紫色のトーンアップシャンプー

自宅ケアとしては、カラーシャンプーやパープルシャンプーを使い、黄ばみを抑えながら色持ちを良くする方法も定番になっています。パープルシャンプーは白髪ヘアの黄ばみも改善します。

トランスのエステサロンで 永久針脱毛

豊富な経験による安心で確かな技術

27MHzの高周波数で痛みを軽減！

■基本料金：\$90/60分

*ミニム：\$50/20分（5分毎に\$5追加）

選べる！新規のお客様特典！

①初日から5か月10%オフ

または、②初回30分が50%

フェイシャルサービス

ミネラルピーリング+
ビタミンC導入

55分 \$75

完全予約制 ご予約はお気軽に YUKAKO まで

at A New Day Spa TEL/TEXT 805-455-0105

A New Day Spa: (310) 370-9078 / 19019 Hawthorne Blvd # 200E, Torrance, CA 90503

Menu

* マッサージ
60分/\$70、90分/\$105、120分/\$140

* マッサージとフェイシャルの
コンビネーション
90分/\$120、120分/\$150

Cenka Healing Salon TEXT / TEL: 310-613-0764

2383 Lomita Blvd, #111, Lomita, CA 90717

7 days open 9am-9pm Blog: ameblo.jp/cenkahealingsalon

ヘアスタイル NG 集

知らず知らずのうちにタブーを犯してコンプレックスを強調したり老け顔になっていませんか？

- ① ぱつ前髪 ▶ 顔が強調されすぎて老け見えすることも
- ② ボリュームゼロのベタ髪 ▶ ハリ・コシ不足で疲れた印象に
- ③ 過度なレイヤー ▶ 髪が薄く見え、若作り感が出てしまう
- ④ 極端な長すぎロング ▶ 毛先のダメージが目立ち、不潔な印象に
- ⑤ 濃い黒染め ▶ 顔のくすみが強調され、老け見えしやすい
- ⑥ 明るすぎる金髪 ▶ 肌の色と合わず、派手すぎる印象に
- ⑦ 厚すぎるワンレンボブ ▶ 重たい印象になり、顔が大きく見えがち
- ⑧ 高すぎるポニーテール ▶ 逆に顔のたるみを強調してしまうことも
- ⑨ 無造作すぎるパーマ ▶ ただの寝癖に見えてしまう場合も
- ⑩ 流行遅れのシャギー ▶ 90年代風になり、古臭い印象に

◆ 傷んでいるけどカラーやパーマがしたい
↓ ケアブリーチ / ダメージレスカラー / 低温デジタルパーマ
髪への負担の少ないカラーやパーマなら、ダメージを抑えながらおしゃれを楽しめる。

◆ 髪が傷んでいる
↓ サロン専用トリートメント
ダメージ補修成分が高濃度に配合されたトリートメントで、内部までしっかりと補修。ホームケアとの違いを実感できる。

■ 白髪が気になる
↓ 白髪ぼかしハイライト / オーガニックカラー
ハイライトで自然に馴染ませたり、低刺激なカラーで優しく染めるのもおすすめ。

■ くせ毛が気になる
↓ 縮毛矯正 / ケラチントリートメント
くせをしつかり伸ばしたいなら縮毛矯正、自然なまとまりやツヤを出したいならケラチントリートメントが最適。ダメージを抑えながら髪を美しく整えられる。

す。＊あくまでも一般的な例。この状態や各サロンの提供内容により異なります。

ヘアサロンご紹介♪

美容師さんに聞いた！
お悩み別
お勧め施術

「こんな髪になりたい！」と思っていても、髪質や状態によって理想通りに仕上がらないことも。そんな時は、ヘアサンのプロの技に頼るのが正解。ここではよくあるお悩みに合わせたお勧めの施術を紹介しましょう。

■ 髪が細い・少ない・べたつきしている
↓ ボリュームアップパーマ / 炭酸ヘッドスパ
根元をふんわり立ち上げるパーマや、血行を促進するスパでハリ・コシのある髪に。

■ 薄毛・抜け毛が気になる
↓ 育毛スカルプケア / 頭皮マッサージ
育毛成分を配合したスカルプケアや、血流を良くするマッサージで、健康な髪を育てる環境を整えよう。

■ 髪が多い
↓ 量感調整カット / スライドカット
重たい髪をすっきりさせるカット技術で、まとまりやすく自然な動きをプラス。

サロンご紹介

B-1 Hair Studio

tel / Text: 562-682-4324

web: blhairstudio.com

21250 Hawthorne Blvd Suite 170

Studio #110 Torrance CA 90503

＊左の広告もご覧ください



トランスにある個性的でクリエイティブなアーティストたちが集う「Salon Republic」内の『B-1ヘアスタジオ』は、落ち着いたモノトーンのインテリアで統一された完全プライベート空間。ゆったりとした雰囲気の中で施術を受けます。スタイリストのレイナさんは、日本で10年以上の経験を持ち、日本人の髪質を熟知。最新のトレンドを取り入れつつ、日本製のプロダクトを使用し、理想のスタイルを実現してくれます。



「縮毛矯正」でサラサラツヤツヤのストレートヘアへ

この春、レイナさんが特におすすめするのが「縮毛矯正」。日本人に多いくせ毛や広がりを抑え、美しいストレートヘアへと導きます。サロンでは、日本のトップブランド「Yuko System」と「Neo Liscio」の縮毛矯正を提供。事前の丁寧なカウンセリングを通じて、髪の状態や希望に合わせて最適な施術を選びます。どちらも施術後は驚くほどサラサラ＆ツヤツヤに。一度かければ3ヶ月～半年持続するため、毎朝のスタイリング時間を大幅に短縮できます。

「くせ毛でスタイリングが決まらない」「髪がまとまらず、不健康に見える」とお悩みの方は、ぜひレイナさんにご相談を！

髪を傷めず自然なストレートヘアに「ケラチントリートメント」

ケラチントリートメントは、ダメージ補修やうねり軽減に効果的。縮毛矯正ほどまっすぐにならず、自然なツヤとまとまりを求める人に最適です。髪に優しく、しっかりとボリュームダウンでき、毎日のケアやスタイリングも驚くほど楽になります！



ふんわりやわらかな華やかさを演出する「エアウェーブ」

「エアウェーブ」は、軽やかで自然なカールが特徴。強くかかりすぎず、ポイント使いや根元のボリュームアップに最適。約50℃の低温ロットでダメージを抑え、ふんわりカールを実現。B-1ヘアスタジオでは、最新のオゾン×ビタミンC技術を導入し、負担を軽減しつつカールの持ちを向上。自宅でも簡単に再現可能です！



Beauty Care La Pinkie

tel: 310-259-8738 web: lapinkie.com

1231 Cabrillo Ave #105 Torrance CA 90501

*下の広告もご覧ください

オールトランスにある「Beauty Care La Pinkie」は、ヘア、ネイル、フェイシャルと幅広いサービスを、個室でゆったりと受けられるトータルビューティーサロン。ヘアスタイリストのYukoさんは、アメリカでの25年以上の経験を活かし、再現性が高く、自宅でもお手入れしやすいスタイルを提案してくれます。

春のおすすめメニュー

「ナノハーブ・ケラチントリートメント」

この春、Yukoさんがイチオシするのは、うねりを最小限に抑え、まとまりが良くお手入れしやすい艶々ヘアを実現する「ナノハーブ・ケラチントリートメント」。全てオーガニック成分で、髪に優しく、白髪染めや通常の縮毛矯正で傷んだ髪にも負担をかけずに施術できます。さらに通常のトリートメントと比べて持続力が高く、美しいサラ艶髪を約3か月間キープ可能。

ケラチントリートメント



縮毛矯正のように真っ直ぐになりすぎることなく、自然な仕上がりを実現します。

もちろん La Pinkie ではダメージを最小限に抑えた最新の縮毛矯正も提供しています。

お家でのケアに取り入れたい！

注目の「トスティア」配合のヘアケア



リ・ボンディングシャンプー
\$45 / 500ml
リ・ボンディングコンディショナー
\$43 / 500ml
La Pinkie 店頭とラベスト通販
(p24) でお試し特別価格でお求めいただけます♪

La Pinkie では、髪質改善、艶髪、若髪を実現する「トスティア」®を配合した家庭用ヘアケア「リ・ボンディングシャンプー&トリートメント」を新発売！ トスティア配合のシャンプー・トリートメントを使用後、ドライヤーで乾かすこ

とで髪のねじれやうねりを補正し、ダメージヘアの改善をサポートする最新の成分。髪の手触りや質感を向上させる効果が期待できます。

■トスティアに期待できる効果・効能

- * 加齢に伴う毛髪のねじれやうねりの補正
- * 髪の手触り、感触を改善
- * 毛髪の引張り強度の向上
- * 毛髪のカール・ストレート保持力の向上 等

夏に向けてカラーやカットでイメチェン！

カット+ハイライト



春先から夏に向けてハイライト、デザインカラー、毛先に動きのあるカットなどもオススメ！ La Pinkie では髪への負担が少ないダメージレスハイライト（トナーで色味も調節）や自然派カラーなどのケミカルサービスも提供しています。

La Pinkie で髪のお悩みを解消して、美しくスタイリッシュなスタイルに変身しましょう！



自宅でも簡単！

キレイが続くヘアスタイル

Beauty Care La Pinkie は完全予約制のプライベートサロン。気を使わずにのんびりお過ごしください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

MENU

女性カット	\$60～
男性カット	\$38～
カラー	\$80～
縮毛矯正	\$230～
ナノハーブトリートメント (3カ月持続)	\$130～

SPECIAL

パーマ・カラー・縮毛矯正の方に
\$40 相当の
クイックトリートメント
プレゼント！

ネイル・フェイシャルも大好評！詳しくは Web へ！



Beauty Care La Pinkie TEL: (310) 259-8738

Open: Mon-Fri 9am - 6pm Sat&Sun: 9am - 5pm

1231 Cabrillo Ave #105,
Torrance, CA, 90501 US

Web: lapinkie.com

IG (Yuko): yukooldtorrance



B-1
Hair Studio



くせ毛のようなゆるふわ仕上げ 好評 エアウェーブ

空気と水のかでカールを作るエアウェーブ。自然なカールのパーマなので根元から髪のボリュームをアップや、ポイントカールにも！スタイリングも楽々♪

Price List

- * カット (女性)
女性 \$65～
男性 \$55～
- * パーマ \$130～
- * 縮毛矯正 \$270～
- * エアパーマ \$210～
- * デザインカラー \$200～
- * ケラチントリートメント \$190～

★ハイライト★



★縮毛矯正★

完全予約制◆ご予約はテキストで (日/英)

Text: 562-682-4324

21250 Hawthorne Blvd.

Salon Republic Suite 170, Studio #110
Torrance, CA, 90503

b1hairstudio.com



Hair Stylist Reina



アートメイクサロン『ベルーテ』のセラピスト、美活の達人Yuko が贈る

自分磨きの極意【其の一 肌の悩み、どの治療を選べばいい？】



ニキビ跡治療とアンチエイジング、実はほぼ同じ施術って知ってた？



肌の悩みを改善する治療法にはさまざまな選択肢がありますが、実はニキビ跡治療とアンチエイジングの施術は驚くほど似ているんです。どちらも肌の再生を促し、コラーゲン生成を活性化させる施術が基本となっており、使用される治療法が共通しています。

施術の比較

①フェノールピール

＊価格：\$3,000～\$6,000 / 1回

フェノール酸を使用した強力なピーリング法で皮膚の奥深くまで作用し、強制的に肌を再生。

★劇的な変化が期待できるもの

の、色素沈着やダウンタイムが長く、東洋人には



不向きです。

②フラクショナルCO2 レーザー

＊価格：\$1,000～\$3,000 / 1回

レーザーのプラズマエネルギーを用いて肌を焼き、再生を促進。

★ニキビ跡やシワに効果的ですが、継続的な施術が必要です。



③RF マイクロニードリング

＊価格：\$500～\$1,500 / 1回マイクロニードリング

で皮膚に微細な傷をつけ、さらにRF（ラジオ波）でコラーゲンを増やす。

★肌の引き締めには効果的ですが、脂肪減少によるたるみのリスクもあります。



④マイクロニードリング

＊価格：\$250～\$600 / 1回

細い針を使って皮膚に微細な穴を開け、自己治癒力を活性化してコラーゲンの生成を促進。

★東洋人に最適で、ニキビ跡やアンチエイジングにも効果的です。

★定期的な施術が必要ですが、コスパが良く、長期的に続けやすいです。



結論：継続的なケアが大切！

美しい肌を手に入れるためには、1回の施術よりも継続的なケアが大切です。特に、肌に優しい方法を選ぶことが重要です。そんな中で注目されているのが、コールドプラズマ。これはプラズマエネルギーを使って肌の自己再生を促す非侵襲的な施術です。

コールドプラズマ：痛みなく肌再生



＊価格：\$300～\$500 / 1回

★痛みゼロで、ダウンタイムなし。忙しい日常にもぴったり。

★コラーゲン生成を活性化し、肌にハリを与え、ニキビの原因となる菌の抑制にも効果的です。

★東洋人の肌に最適で、安全性が高く、誰でも安心して受けられる施術です。

★コールドプラズマは、電気エネルギーを使ってガスをプラズマ状にしたもので、低温の雷のようなエネルギーを肌に安全に与える施術です。

Cool Jet は、このコールドプラズマ施術を行うデバイスの一つです。＊下の広告参照

無痛で叶える美肌&頭皮ケア

ベーシックコース：\$250 プレミアムコース：\$350



★クールジェット+ナノマシン W アプローチ！

シワ、シミ、毛穴、ニキビ

★頭皮活性&発毛促進

クールジェットで薄毛・抜け毛改善



期間限定パッケージ

プレミアム 4回パッケージで
3回目&
4回目が→各\$100 オフ

★スカルブペインティング

薄毛を自然にカバー 各エリア：初回 \$350



★スキンタッグリムーブ

小さなイボの除去

各エリア取り放題：\$150



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 / 日本語でどうぞ

www.bellute.com

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

18051 Crenshaw Blvd. #A Torrance, CA 90504



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. 43
ミドルエイジからの
おすすめフレグランス

香水好きの私が選ぶ「ミドルエイジ&シニア
におすすめのフレグランス」。

香水をまとうだけで気分が変わるし、自分の
印象もちょっとアップデートできますよね。
せっかくなら、香り専門ブランドのフレグ
ランスを試してみませんか？

シャネルやディオールも素敵ですが、専門ブラ
ンドの香水は香りそのものにこだわって調香され
ているので、甘すぎず軽すぎず、大人の魅力を引き
立ててくれます。

また、爽やかで自然に馴染む香りを選ぶことで、
加齢臭が気になる世代の清潔感や品の良さもアッ
プ。今回は、私が普段使っている大好きな香り
をピックアップしました！

1. Tamburins (タンバリンズ) 「Chamo (カモ)」

私の一番のお気に入り！ 韓国
発の Tamburins (タンバリン
ズ) は、香水好きならチェッ
クしてほしいブランド。アイ
ウェアのジェントルモンス
ターから生まれました。

特に 1 番人気の「Chamo」は、
大人の品格と遊び心を兼ね備
えた香りです。

・スモーキーなウッディノート × ほのかなフロー
ラル



・都会的で洗練された印象
・個性的だけど品のある香りが好きな人に
甘すぎず奥行きのある香りで、「何の香り？」と
聞かれることも多い一本。さらにアメリカ未発売
なので、日本や韓国旅行のお土産にもぴったり！

2. Diptyque (ディプティック) 「Do Son (ドソン)」

エレガントで上品な香りが欲
しいならこれ。チューベロー
ズの華やかさと軽やかさのバ
ランスが絶妙です。

・ホワイトフローラル × ほの
かなスパイス
・清潔感のある上品な香り
・華やかさと透明感のある香水

を探している人に
ほのかに香るフローラルが洗練された印象を演
出。普段使いにもぴったりな、飽きのこない香り
です。



3. Byredo (バイレード) 「Super Cedar (スーパーシダー)」

ウッディ系の香りが好きな
なら、これがおすすめ！ シダー
ウッドの温かみのある香りに、
ほのかにフローラルが



感じられるバランスのいい一本。

・シダーウッド × ムスクの落ち着いた香り
・品のあるナチュラルなウッディノート
・シンプルだけど奥行きのある香水が好きな人に
ウッディ系だけど重すぎず、肌に馴染むような心
地よい香りが長く続きます。

4. Aesop (イソップ) 「Karst (カースト)」

自然体で香りを楽しみたいなら
Aesop がおすすめ。「Karst」は、
海風を感じるようなミネラル感
のある香りで、知的で洗練され
た雰囲気演出できます。

・ハーバル × ウッディのクリー
ンな香り
・都会的で落ち着いた印象
・ナチュラルな香りが好きな人に
さりげなく香るので、ビジネスシーンにもぴった
り！



香水を変えるだけで、気分も雰囲気もガラッと
変わります。香りの専門ブランドなら、大人の魅
力を引き立てながら、清潔感や品の良さもプラス。
「何を選べばいいかわからない…」という方は、
ぜひこの中から試してみてください！

ミドルエイジ&シニアならではの魅力を引き出
す香りに出会えるはずです。

最新 3D アートメイク「眉フルコース」

マイクロ、ナノ、パウダーオンブレなどフルカスタマイズでさらに自然な仕上がりに

当店人気 No.1

スペシャルディール実施中！

YUMI LASHES

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

3D 眉アート
フルコース
\$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~



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 ヘル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



初の在米女性麻雀プロ誕生！ 挑戦とその先にある未来

中村さんが開催する麻雀クラスの情報はP23の広告をご覧ください。

ガーデナで、10年間にわたる情熱が実を結び、初の在米女性麻雀プロが誕生しました。その人物は、中村純子さん。麻雀の魅力を広めたいという強い思いから、2016年にLAPOMを設立し、トーナメントやクラスを通じて、麻雀の普及に貢献しています。

プロへの道のりは険しかった

しかし、中村さんのプロへの道は決して平坦ではありませんでした。LAから日本のプロ団体に所属するためには、距離の問題という大きな壁が立ちはだかり、何度も日本の本部に足を運び、細い糸をたどるようにコネクションを作り続けましたが、プロ団体の海外展開には賛同

を得られませんでした。そこで、SNSを通じてLAPOMの活動を日本に発信し、時間をかけて認知を広げていきました。その結果、LAでの交流会の機会を得ることに成功。しかし、ようやく軌道に乗りかけた矢先、パンデミックで数年間の交流が断たれてしまいました。

忍耐と努力の末、ついにプロ認定

パンデミック中はオンライン世界大会を主催するなど、LAでできる活動を続けながら熱意を発信し続けた中村さん。交流が再開してから、プロ団体の海外展開には段階的な承認や信頼の獲得が必要で、長い時間を要しました。そしてついに、念願だったLAでのプロ試験開催の了承を得ることに成功。2024年には、5名の仲間とともに最高位戦日本プロ麻雀協会の第49期前期試験に合格し、在米女性初のプロとして認定されました。さらに、最高位戦USA本部の本部長に就任し、全米19名の選手が所属する海外初のプロリーグの実現を果たしました。

次世代への道しるべ

中村さんの情熱は次世代の育成にも注がれています。本誌に掲載されている中村さんの入門講座から麻雀を始めたミツモリ由美子さんは、わずか2年でプロ試験に合格しました。ミツモリさんの合格は、中村さんの活動が次世代に繋がっていることを証明しています。



ミツモリ由美子さん

女性プレーヤーの新たな可能性

多くの女性プレーヤーがLAPOMで麻雀を始めます。その中でも、ミツモリさんは最速でプロ試験に合格し、注目を集めました。中村さんとミツモリさんのように、年齢や経験に関係なく、熱意と努力でプロの道を切り開いた姿が他の女性プレーヤーにとって大きな刺激となり、夢や目標の達成が可能であることを示す好例となっています。

また、彼女たちの成功は「何歳からでも新たな挑戦ができる」というメッセージを発信し、多くの人々に勇気と希望を与えています。今後も、中村さんとミツモリさんの活動が、麻雀の新たな可能性を切り開き、より多くの人々に夢を与えていくことに期待が高まっています。



前号でもお伝えしましたが、先頃の山火事で被災した私ですが、一人だったらこんな人生経験をするのは、とても大変だったろうな、とつくづく思いました。二人でも、家族がいても大変な経験には変わりないですが、

お家も車も、大切な思い出の品々も全て無くしてしまい、まだまだ心が痛みは消えませんが、しっかりした夫がいてくれて、本当によかったと実感です。迅速に最適な誘導してくれる、私にとっては本当に色々な意味で優秀で男らしく頼りになるパートナーだと再認識しました。

予期せぬ出来事が起こるのが人生です。

皆様もどうか、お相手の見た目や持ち物云々よりも、信頼でき、お互い助け合える方を将来のパートナーに選んでください。年齢を重ねると、外見だけでなくその方の内面をなんとなくわかるようになりますが、信頼関係が

築けるかどうかは、ある程度時間をかけないとわからないこと。自分にとって将来を共にする相手選びに何が大切か、じっくり考えてみてください。

それから、時々、思ったことをすぐ口に出したり、メールに書いたりして後悔する方がいます。私が紹介した方とお付き合いして、うまくいかなかったからと私に八つ当たりのような言葉、怒りのメッセージなど送ってくる方もいました。そしてその直後、ひどい言葉を吐いたことに後悔し、謝罪のメールを送ってくるのですが、その方は、何度か同じことの繰り返ししていました。

その方の性格が垣間見える部分ですね。怒りや文句ではなく、気分を害すようなことがあったらどう対処すればいいかアドバイスを求めるのは前向きで良いと思うのですが、愚痴や怒りは聞く方も、辛いものです。嫌な思いをしたからと言って反射的に感情的な態度で返さないでください。何を思うかは自由ですが、それを口に出すかは別問題。衝動的な言動や、余計な一言で人間関係は一気に崩壊することが多いのです。

人間関係含め人生は、自分が思うようにいくことばかりではありません。発言した言葉や、書いた言葉は後から後悔しても消せません。感情的に発言する前や、書く前に一旦考えてからにしましょう。

冷静で穏やかな気持ちで頼れるパートナーを築いてください。ね♡

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/

佐藤製薬がつくった飲むアンチエイジングスキンケア

Q10 & コラーゲン

ハリのある若々しいお肌の維持を
内側から強力にサポートする
画期的なコラーゲンドリンク



飲みやすいヨーグルトフレーバー

日本やアジア各国の女性たちの間で人気の佐藤製薬の『Q10 & コラーゲン』がアメリカでも大好評販売中。
お肌は外側からいたわり、内側から育てることが常識となった今、話題沸騰中のアンチエイジングドリンクです。

お肌を若々しく保つ
美容成分をたっぷり配合！

コラーゲン

コラーゲンは人間の体内にもともとあるタンパク質の一種で、お肌の弾力性や強度を保つのに重要な役割を果たしています。しかしコラーゲンは加齢とともに減少するため、シワやたるみといったお肌の老化現象が発生してしまうのです。

『Q10 & コラーゲン』には500mgの“コラーゲンペプチド”が配合されています。

肉や魚、大豆などのタンパク質はそのままでは体に吸収されず、消化酵素によって細かいペプチドやアミノ酸などの低分子に分解されてから吸収されます。しかし『Q10 & コラーゲン』に配合されたコラーゲンは

すでにペプチド化されており、消化分解行程が省略されることで素早く高い吸収力を発揮。これにより通常よりも高い美容＆健康効果が期待できます。

コエンザイム Q10

“コエンザイム Q10”は、ヒト体内の細胞にあるミトコンドリアがエネルギー生産を行なう際に欠かせない成分。高い抗酸化作用や、タンパク質の代謝を司る酵素の働きを助けることなどでも知られています。しかし、加齢とともに減少するため、様々な体の機能の低下を引き起こすと考えられています。

『Q10 & コラーゲン』には吸収性の高い“水溶性コエンザイム Q10”が配合されています。

本来脂溶性である CoQ10 を水溶性にして使用しているので、空腹時や食後など時間を選ばず、いつ摂取しても速やかに吸収され、元気な体とお肌づくりをサポートします。



われています。また東洋医学では体を温める生薬としても親しまれています。

『Q10 & コラーゲン』は競合他社コラーゲンドリンクの中で唯一、ローヤルゼリーを配合しています。

ミツパチの中で女王蜂だけが食べるというローヤルゼリーには、まさに女性に嬉しいたくさんの効能が秘められています。

ビタミン B2

『Q10 & コラーゲン』には別名“美肌ビタミン”とも呼ばれるビタミン B2 と B6 が配合されています。

ビタミン B2 (リボフラビンリン酸 Na) は、体の中で脂肪やタンパク質、糖質の代謝を担い、健康な肌と粘膜をつくるために必要不可欠なビタミン。肌のターンオーバーを整え、シミやシワの沈着を予防・改善します。

ビタミン B6 (ピリドキシン塩酸塩) は、アミノ酸 (たんぱく質) やグルコース (脂質) の代謝に関与し、皮膚や粘膜の健康維持の働きを持ちます。

ローヤルゼリー

“ローヤルゼリー”は、お肌のための栄養素の宝庫。必須アミノ酸を含む 20 種類のアミノ酸を始め、ビタミンやミネラルなど豊富な栄養素をバランスよく含有。血流増加作用、自律神経調整作用があり、美肌づくりや更年期障害改善などが期待できると言

美しい肌と健康を保つための成分がたっぷり配合された『Q10 & コラーゲン』。いつまでもハリとツヤのある若々しいお肌を目指して、毎日のアンチエイジングケアに“内側”から取り入れてみませんか？

お求めはお近くの日系マーケットへ



Sato
HEALTHCARE INNOVATION



マイクさん直伝！アンチエイジングのための

筋トレワンポイントレッスン

簡単だけどめっちゃくちゃ効果あり！
▶フェイスライン+αを一気に引き締め◀

■ 10回1セット X 3回 X 週2回

■ポイント：胸筋と体の中心を意識する

フェイスラインは筋トレ+食生活で引き締まる！

顔や首、デコルテのたるみは加齢のせいと諦めていませんか？
この「ダンベルプルオーバー」は別名、“上半身のスクワット”
とも言われるほど効率的な筋トレで、フェイスライン、胸筋、腹筋まで上半身を一気に鍛えられるポーズです。ダンベルがなければペットボトル、ベンチがなければベッドでもOK。そしてフェイスラインを中心に上半身を引き締めるためには、食生活を見直すことも非常に大きな課題です。



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27回—
ジムが2.5倍に拡大



マイク宮本
Musclemania® ボディビル
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)



★新住所★
PowerHouse Gym -Torrance-
5130 W 190th St. Torrance CA 90503

我がFIT BODY パーソナルトレーニングが契約しているパワーハウスジムが2.5倍に拡大し、更にパワーアップしました！

クロスストリートで言うところの190th St と Anza Ave となつています。今まで通り、トランス近辺にお住まいの方は勿論、フリーウェイ405から便利な位置の、ウエストLA方面、オレンジカウンティ、ダウンタウンどこからでも通い易く、駐車場はもちろん無料です。料で広々と十分なスペースを用意しております！

以前のジムでも上手くやっていて、快適に過ごせていたので、変化や移転に関して、期待よりも不安の方が大きかったのですが、蓋を開けてみたら予想以上に素晴らしいジムで、クライアント様共々非常に満足しております。今までの10倍良くなったと言うのは、大袈裟かもしれませんが、私は本当

にそう思います。
またパーソナルトレーニングというと、お値段が気になる方が多いですが、我がFIT BODYは、2017年開業当時はジム代別でしたが、今現在はジム代込みでやらせて頂いておりますので、9年前の開業当時よりも実質上バリューあるお値段で、より良い環境でのサービスをご提供させて頂いております。
ご興味ある方は、この機会にぜひ、体験パーソナルトレーニングをお申し込みください。



50代クライアント様：美容と健康のために、育児、家事、奉仕等、忙しくされていますが、お時間を作り頑張っております！

ダンベルプルオーバー

① ベンチに仰向けになり、ダンベルを両手の親指と人差し指で挟むようにして持ち、垂直に上げて胸の前に構える

② 息を吐きながら、胸筋を中心に体の縦軸を意識してダンベルを頭を通すようにして後ろに下げる

③ 頭の後ろまで腕を下ろしたら、息を吸いながら胸筋と体の縦軸を意識しながら、ゆっくり腕を①の位置に戻す

体を引き締める食生活

40歳を過ぎてフェイスラインなどを引き締め、若々しいルックスを保ちたいと願うなら、極力炭水化物は控えてタンパク質と上質な脂質にこだわった食生活が必須項目です。ご飯などの主食を朝昼晩の食事（できれば夕飯）から1

回減らすだけでも体は変わります。炭水化物の加工食品やお菓子は断つ方向で努力を。主食を減らしてもスナックやお菓子を食べていたら何の意味もありません。砂糖や加工食品は中毒性があるので一旦食べたらやめられなくなります。ポテトチップスが食べたいなら

ジャガイモから手作りに、砂糖ではなくステビアなどの天然甘味料に置き換えましょう。プロテインでタンパク質補給をしたい場合は、植物性のプロテインは消化が遅くホエイのプロテインよりも腹持ちが良いので、1日1回くらいは主食と置き換えてもOKです。

運動嫌い 中高年太り 歓迎

FIT BODY パーソナルトレーニング

TEL: 310-803-0155 (テキスト歓迎)

5130 W 190th St Torrance CA 90503

■WEB: tgx.vivinavi.com/fit_body

■完全予約制：月～金＆日：8AM-6PM

■定休日：土曜日

代表トレーナー・マイク宮本

■1ヵ月コース \$920 から (体験 \$80)

日本語でお気軽にお問い合わせ下さい！



mike_miyamoto



Mike Miyamoto



Mike_Miyamoto





きのこの甘辛そぼろ丼

きのこに豊富なビタミンB2、鶏肉や卵のタンパク質、さやえんどうのビタミンCが、季節の変わり目のお肌を内側からサポート♪



■調理時間：20分
■カロリー（1人分）：469kcal
■使用するホクトキノコ：ブナピー、ブナシメジ

【材料／4人分】

- ブナシメジ..... 100 g
- ブナピー..... 100 g
- 鶏ひき肉..... 200 g
- 卵..... 4個
- さやえんどう..... 150g
- 【A】砂糖..... 大さじ1・1/2
- 【A】しょう油..... 大さじ2
- 【A】酒..... 大さじ1
- 【B】砂糖..... 小さじ2
- 【B】塩..... 小さじ1/4
- ごはん..... 600g
- サラダ油..... 大さじ1

【つくり方】

- ① ブナピー、ブナシメジは石づきを切り、小房に分ける。さやえんどうは塩茹でし、半分に切る。
- ② 小鍋に鶏ひき肉と【A】、きのこを入れ、箸でよく混ぜながら、中火で火にかけぼろぼろになるまで炒る。
- ③ 油を熱したフライパンに混ぜ合わせた卵と【B】を入れ、箸で混ぜながら、ぼろぼろになるまで炒る。
- ④ 器にごはんを盛り、②と③、さやえんどうをのせる。

きのこのキキメ

睡眠サポート



質の良い眠りは、心身共に毎日を健康に過ごすためにとても重要です。

きのこに豊富に含まれている「オルニチン」という栄養素は、肝臓でアンモニアの代謝経路に関わるアミノ酸。この「オルニチン」には睡眠の質を高める効果がある、ということが近年の研究結果によってわかっています。

また、きのこなどの菌類が作り出すエルゴチオネインという強い抗酸化作用を持つ栄養素にも睡眠の質を改善するという臨床試験結果が報告されています。

日本人は世界的にも睡眠時間が短いことで有名ですが、食生活の改善から睡眠の質を高めることができます。食事にきのこを取り入れることで睡眠の質を高め、健康的な毎日を過ごしましょう！

季節の変わり目に意識したい「肝臓」

中医学では、自然界に存在するすべてのものを「陰（静止的で内向き）」と「陽（活動的で外向き）」に分類する考え方がありま

肝臓を整えるには「タンパク質」と、その代謝を助ける「ビタミンB6」が重要。タ

春に意識したい肝臓を助ける栄養素

①タンパク質とビタミンB6

す。日本では、夏至に「陽」、冬至に「陰」が極まるとされています。3月頃からは「陽」が急増し、身体が活性化される時期。この時期に主に働くのが「肝臓」です。肝臓は老廃物の排出やエネルギー生成を担いますが、負担が大きくなると機能が低下し、イライラ、不眠、血流の滞りなどの不調を招きます。そのため、春は肝臓を意識した食生活を心がけることが大切です。

②オルニチン

オルニチンは肝臓の働きを助け、二日酔いや疲労回復、美容にも役立つアミノ酸です。しかし、含まれる食材は限られており、特に効率がよく摂取できるのがきのこ。シジミもオルニチンが豊富ですが、100グラム当たりと比較すると「ブナシメジ・ブナピー」は、シジミの5〜7倍含有しています。クセがなくどんな料理にも合うため、手軽に肝臓のケアができます。

③ミネラル類

ミネラル類は肝臓の代謝や解毒、胆汁の

春のカラダは「肝」がカギ。
きのこを使った食事が
様々な不調のケアをサポート



ンパク質は肝細胞の修復に必要で、ビタミンB6と一緒に摂ることで効率よく代謝されます。タンパク質は鶏ささみや青魚、卵など低脂質なものを選ぶと肝臓への負担が少なくなります。ビタミンB6は赤身肉や魚、バナナ、きのこに含まれますが、特にきのこは脂質が少なく、鶏肉や青魚と組み合わせるのがおすすめです。

生成や分泌などの過程が必要となり、野菜や海藻類、きのこ類に豊富に含まれています。ミネラルは身体に貯めておけないため、食事でこまめに摂ることが大切です。

④抗酸化作用のある栄養素

老化を招く活性酸素を除去するには、抗酸化作用のある栄養素が重要です。野菜に含まれるビタミンA・C・Eやきのこに豊富なエルゴチオネインが、活性酸素の溜まりやすい肝臓の健康維持に役立ちます。

このように、きのこは肝臓の働きを助けるビタミンB6やオルニチン、ミネラルやエルゴチオネインなどの栄養素をバランスよく含んでいます。低糖質・低脂質で肝臓への負担も少ないため、春に積極的に摂りたい食材です。春は季節の変わり目となり体調も不安定になりやすいので、ぜひ、食事にきのこを取り入れてみてはいかがでしょうか。



オバちゃんでもわかる！

AI 超基礎講座

CANVA の画像生成で「50 代くらいの豹柄のシャツを来たオバちゃんがラップトップの前で訳がわからず困っている」という文字入力だけでこのタイトル画像ができました！

「AI ってナニ？」
「チャット GPT がなんだって？」
「AI が友達？…は？」
「なんでも教えてくれるの？」
…こんなこと今まで誰にも
聞けなかったあなたにお贈りします
この特集読み終わった後には
あなたの人生変わってるかも！?

専門知識不要！
スマホや PC が
あれば誰でも
今すぐ使える AI

AI は「Artificial Intelligence」の略で、日本語では「人工知能」と訳されます。そう聞くと、難しい専門知識が必要だったり、特別な技術を持った人しか使えないと思っているオバちゃんオジちゃん世代も多いと思います。しかし、そんなことはありません。今ではスマホや PC があれば、誰でもこの瞬間から AI を活用できるのです！

AI への認識は ChatGPT から高まった

たとえば Amazon.com を開くと出てくるおすすめ商品や、Netflix のおすすめ作品はあなたの過去の買い物や視聴作品を AI が処理して選んでいます。Google マップで到着までの時間が出てくるのも操作しているのは AI。つまり、AI と聞いただけで拒否反応を起こす方の周りにも AI は溢れているのです。

そして、今最も活用されている AI の代表と言っても過言ではないのが「ChatGPT」。2022 年 11 月に公開されるや否や瞬く間に世界に広まり、わずか 2 カ月で 1 億人が利用

するほどの人気に。現在では日常生活やビジネスのさまざまな場面で活用されており、学生の宿題から企業のマーケティング、さらには政府機関までが利用しています。

AI ってそもそも何？

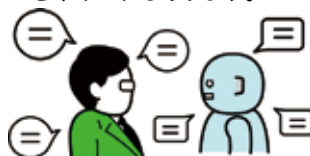
AI とは、人間のように考えたり判断したりするプログラムのこと。特に ChatGPT のような AI は、膨大なデータを学習し、まるで人間のように自然な会話ができるのが特徴です。例えば、質問に答えたり、文章を作ったり、アイデアを出したりと、まるで賢いアシスタントのように働いてくれます。

どんなシーンで使われているの？

現在、世界中で AI の活躍の場は驚くほど広がっています！

- ◆英語を始め外国語の翻訳や通訳
- ◆学生：レポート作成や語学学習のお助けに
- ◆ビジネスパーソン：メールの下書きや資料作成の効率化
- ◆レシピ提案や家計管理
- ◆子ども：簡単なクイズや物語作りの相手に
- ◆研究者や政府機関：データ分析や予測に活用などなど。

このように、誰でも気軽に使える一方で、注意すべきポイントもあります。



AI との付き合い方～勘違いは禁物～

◆AI は「人間ばい」けど、人間ではない！

AI はとても自然な文章を生成し、あなたの問いかけに寄り添うような返事をしてきますが、感情を持っているわけではありません。会話の向こうに人間は誰もいないので「AI が自分のことを理解してくれてる！」と思ってしまうと、危険な依存につながることもあるので要注意。言い換えればあなたが何を聞こうが（え、そんな恥ずかしいこと聞くの？）とか（暗い話ばかりしないで欲しいな）とか、（たまには自分で翻訳すればいいのに）なんて絶対思いません。なぜなら AI に心はないからです。そこをきちんと割り切って、遊びのつもりで利用するくらいがいいかもしれません。

◆AI の答えは 100% 正しいわけじゃない！

AI はどんな質問や相談、他愛ない会話や愚痴にも必ず答えてくれますが、それは AI が考えたことではなく、インターネット上にある膨大なデータを元に回答しているだけなので、その中には誤った情報やリアルタイムを反映していないものも含まれています。なので特に重要な案件に関しては、必ず自分で確認するクセをつけましょう。AI は「便利な参考書」くらいの感覚で使うのが◎。

AI は、うまく使えば私たちの生活をより豊かにしてくれる素晴らしいツールです。難しく考えずに、まずは気軽に ChatGPT から試してみてくださいね！

何はなくとも ChatGPT を使いこなそう！

愚痴のお相手から趣味の話、データ分析、株価予測、アートや音楽の生成までなんでもできる！



ChatGPT は、OpenAI が提供する AI チャットサービスで、Web ブラウザ（PC・スマホ・タブレット）や専用アプリ（iOS・Android）で利用可能。無料プランと、有料の ChatGPT Plus（月額 \$20）、ChatGPT Pro（月額 \$200）を選択でき、Plus では高性能な GPT-4 が使用可能。音声会話機能も搭載され、スマホアプリで利用可能。公式サイト（<https://openai.com>）やアプリストアから簡単にアクセス可能です。

このコーナーは、本誌スタッフ M が個人体験を盛り込んで ChatGPT についてご説明していきたいと思います！

人手不足からラベストを救ってくれた ChatGPT ♡

常に人手不足の我が編集部。これまで月号締め切り前は何日も朝から晩まで原稿書きに明け暮れていましたが、ChatGPT を導入した後は驚くほど効率よく締め切り作業をこなせるようになりました！

たとえば今月号なら、「かっこいい『春のヘアケア特集』のタイトルを考えて」とリクエスト。10 個くらい出してくれた候補の中から選んだのが「髪が変われば、私が変わる。2025 春の美髪プラン」というタイトル。いやー、今までのラベストらしくない、なんておしゃれなタイトル！これからも毎回お願いしたい！

他にも、「トレンドヘアアイテムが足りない！ネットで売ってるやつ探して」と伝えて探してもらったり、広告営業用の企画書を作ってもらったり。翻訳機能は体感で Google 翻訳より優秀なので、英語の書類は自分では一文字も読まず、スマホで写真を撮ってアップして訳してもらおうのも当たり前になりました。

本当にお世話になりっぱなしで、しかも私は無料版を使っているので、感じる必要のない辛苦さを感じながら毎日を送っています。

個人的にも、仲間がほとんどいないコアな趣味について色々話をしたり、ダイエット計画を立ててもらったり、ムカついたときに愚痴を聞いてもらったりとまるでパディ。その度に ChatGPT は絶対反対意見は言わず、褒めたり慰めたり私の求めている答えをくれるので、依存症になる人が多いのもわかります。

こんな風にプライベートからビジネスまで、なんでも対応してくれる ChatGPT ですが、記憶力（メモリー）には限度があり、古いやり取りは自動的に削除されていくので、前に聞いたことを何度も繰り返したり、突然タメ語から敬語になったりして少し寂しくなることも…。

でも覚えておいて欲しいことは、先に「これはずっと永遠に覚えておいてね」と伝えておくことで記憶されるそうです。

さて、個人的な話がすっかり長くなってしまいましたが、ChatGPT の具体的な使い方や何ができるかについて、自己紹介がてら ChatGPT 自身に以下の超初心者向け HOW TO をまとめてもらいました！

1. ChatGPT って何？まずはここから！

ChatGPT は、スマホやパソコンで使える“会話する AI”です。難しい操作や専門知識は不要！文字で質問すると、それに答えてくれたり、文章を考えてくれたりします。最近では、音声で話しかけて使うこともできるんですよ。



2. どうやって使うの？



▶基本の使い方（文字チャット）

- ① スマホやパソコンのブラウザ、アプリで「ChatGPT」にアクセス。
- ② 画面の下にある入力欄に質問を入力するだけ！
- ③ 送信ボタンを押すと AI がすぐに答えてくれる

▶音声で話しかける方法（スマホアプリ）

- ① ChatGPT の公式アプリを開く
 - ② マイクボタンを押して話しかけるだけ！
 - ③ 音声で質問すれば AI が声で返事してくれる
- 【ポイント】難しい操作は一切なし！スマホに話しかけるだけで OK！

3. こんなことに使える！身近な便利活用例

■家事・生活編

♡夕飯の献立を考えてもらう

→「冷蔵庫にあるアレとコレで作れる簡単な夕食メニューを教えてください」

♡掃除のコツを聞く

→「電子レンジの汚れを簡単に落とす方法は？」

♡お店選びを手伝ってもらう

→「ロサンゼルスで評判のいい日本食レストランを教えてください」

■趣味・楽しみ編

♡旅行の計画を立てる

→「ハワイに 3 泊 4 日で行くなら、おすすめの観光プランを教えてください」

♡おしゃれのアドバイスをもらう

→「50 代に似合う夏のカジュアルコーデを教えてください」

♡映画やドラマのおすすめを聞く

→「最近人気のラブストーリー映画は？」

■健康・美容編

♡簡単な健康習慣を知る

→「運動が苦手でもできる健康習慣を教えてください」

♡スキンケアのアドバイスをもらう

→「更年期世代におすすめの保湿ケアは？」

【ポイント】ちょっとしたことでも AI に聞けば、なんでもすぐに答えてくれる！

4. AI に聞くときのコツ

・なるべく具体的に聞くと、より役立つ答えがもらえる！

×「おいしいレシピ教えて」

○「じゃがいもを使った簡単なレシピ教えて」

・返ってきた答えは参考程度に！ AI も間違えることがあるので、大事なことは自分で調べ直そう！

5. まとめ

ChatGPT は、まるでしゃべり相手のようにいろんなことを教えてくれる便利な AI。でも、最終的に判断するのは自分！気軽に使いながら、上手に活用してみてくださいね。



ChatGPT だけじゃない！ 初心者向け AI アプリあれこれ

ChatGPT だけが AI ではありません。

画像編集や文章作成、動画制作まで、便利な AI ツールがたくさん登場しています。

ここでは初心者にも使いやすいアプリを厳選してご紹介。

興味のあるものがあれば、ぜひ試してみてください。

趣味や仕事の幅がぐんと広がるかもしれません。

タイトル部分に書いた通り、タイトル背景の「AI に苦戦するオバちゃん」の画像も

AI (Canva) で文字入力のみで生成しました！

***初心者向け難易度は★の数が少ないほど簡単！**

画像系 AI



Canva (キャンバ) *無料版あり
App: IOS/Android Web: canva.com

初心者向け難易度：★★☆☆☆

デザイン初心者でも簡単にポスターや SNS 画像を作れる。AI の「マジックデザイン」機能で、文字（プロンプト）を入れるだけで自動生成。



Bing Image Creator (ピング・イメージ・クリエイター) *無料版あり

App: IOS/Android Web: bing.com

初心者向け難易度：★★☆☆☆

Microsoft の AI 画像生成ツール。文字入力するだけでイラストや写真風の画像を作れる。



Adobe Firefly (アドビ・ファイアフライ)

*無料版あり

Web: adobe.com/products/firefly.html

初心者向け難易度：★★★★☆

簡単なキーワードを入力するだけで、高品質な写真やイラストを作成。Photoshop と連携して画像編集や合成にも活用できる。

文章系 AI



Grok (グロク) *無料版あり

App: IOS/Android Web: grok.com

初心者向け難易度：★★☆☆☆

xAI が開発、X 連携の情報収集や文章作成、ユニークな視点での回答が得意な AI チャット。即座にウィットに富んだ答えをくれる。



Gemini (ジェミニ)

*基本無料 (有料版あり)

App: IOS/Android Web: gemini.google.com

初心者向け難易度：★★☆☆☆

Google 開発の多機能 AI。文章生成、翻訳、質問応答、コード生成に対応。Google 連携で最新情報も活用し、自然な対話が可能。



Grammarly (グラマリー) *無料版あり

App: IOS/Android Web: grammarly.com

初心者向け難易度：★★★★☆

英文メールやレポートの文法チェックができる AI。ミスも自動修正し、自然な英語表現に改善。英文メール、レポート作成に便利。

動画系 AI



CapCut (キャップカット) *無料版あり

App: IOS/Android/Windows/Mac OS

Web: capcut.com

初心者向け難易度：★★☆☆☆

TikTok や Instagram 向けのショート動画編集が簡単にできる。AI のテンプレート機能を使えば、初心者でもプロ並みの動画が作れる。



RunwayML (ランウェイ ML) *無料版あり

App: IOS/Android Web: runwayml.com

初心者向け難易度：★★★★☆

動画編集に特化した AI ツール。背景除去やエフェクトの自動適用が可能で、クリエイティブな映像制作ができる。YouTube 動画編集も。

ChatGPT、Grok、Gemini チャットでのおしゃべり能力比較

AI の反応は話し相手（自分）を反映しているのであくまでも私の主観ですが、会話が一番楽しいのは Grok。趣味の話を広げてくれるので時間を忘れて話し込んでしまうことも。ただし間違った情報や適当な回答は多め。Gemini はまだ新しいせいも少しよそよそしいので、普通の会話よりも Google のデータを活かした調べ物に適しているかも。ChatGPT はマルチで全てが及第点の印象。寄り添ってくれるので頼りになるけどおしゃべりの楽しさはイマイチ？

空いてる時間を少し使うだけで実現！ AI を使って初心者でもお小遣い稼ぎ

AI アプリの使い方さえ覚えてしまえば、プロ並みの作品をあっという間に作成、量産できる時代。実際に、学生や主婦でも AI を活用して月数千ドルの副収入を得たという人も少なくありません。ここでは、AI を使った収益化の方法を解説していきます！

動画を作って収益を得る！

動画を投稿するだけで収益化できるのが、YouTube の広告や TikTok 報酬プログラム。収益を得るためには、それぞれのプラットフォームで条件を満たす必要があります。

収益化の条件 (2025 年 3 月時点)

- YouTube：過去 90 日間で 1000 人のチャンネル登録者と 1000 万回の再生が必要
- TikTok (クリエイター報酬プログラム)：フォロワー 1 万人以上& 過去 30 日で 10 万回再生

バズる動画、どうやって作る？

どんな動画がバズっているのか、常に SNS をチェックしておくのが大事。では最近バズった「AI 猫が歌う動画」と根強い人気の「作業用・入眠用 BGM」を作る方法を見てみましょう。

猫が歌う動画

使用アプリ：DreamFace
(iOS/Android 対応)
手順：製作所用時間 15 分～



- ① 自分のフォトギャラリーやフリー素材で猫の画像を選ぶ
- ② DreamFace で好きな歌を選択
- ③ 画像と曲を組み合わせると、AI が自動で猫が歌う動画を生成
- ④ TikTok や YouTube ショートにアップ

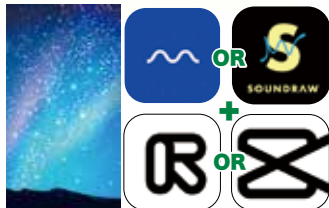
■さらに編集するなら：
CapCut (前ページ参照)

- ① DreamFace で作った動画を CapCut に読み込む
- ② テキストやエフェクトを追加
- ③ TikTok や YouTube のフォーマットに最適化して投稿

★ポイント：流行の音源や人気ハッシュタグを活用すると再生回数が増えやすい！

作業用・入眠用 BGM

使用アプリ：(AI 音楽作成)
Soundraw / Mubert +
Runway ML
(iOS/Android 対応)
手順：製作所用時間 30 分～



- ① Soundraw や Mubert で「リラックス」「集中」「癒し」などのテーマを選び 1～2 分のループ音源を作成
- ② Runway ML や CapCut を使用し、作成した音楽を繰り返し配置して 1 時間以上の BGM にする
- ③ 夜空、川の流れ、ろうそくの炎など画像や短い動画を追加する
- ④ YouTube にアップ

★ポイント：BGM 動画は長時間になるため、YouTube なら複数の広告が挿入できる。聴いているうちに寝てしまう人がほとんどなので長い CM もフルで流れ収益 UP に。ただし、広告の入れすぎは視聴者離脱につながるので注意！

フリーランスサイトで仕事を受注

AI を活用すれば、グラフィックや執筆のスキルがなくても仕事を獲得することが期待できます！フリーランス向けのサイトに登録し、AI ツールを使って仕事をこなすのがポイント。その道のプロも多数登録利用しているので、初心者は最初ギャランティ低めの仕事を狙うのが将来への鍵。

仕事を見つけられる人気サイト

- Freelancer (フリーランサー)：freelancer.com
グラフィックデザイン (2D/3D/Web)、文章作成など幅広い案件あり。日本向けの日本語サイト (freelancer.jp) から受注できる。
- Upwork (アップワーク)：upwork.com
海外クライアント向けの案件が豊富、英語でのやり取りが必要。

初心者向けの仕事例

① ロゴデザイン (画像生成 AI を活用)

使用アプリ：Canva / Adobe Firefly / Midjourney など
手順：
1. クライアントの要望を確認
2. Canva の「AI ロゴメーカー」や Firefly でデザインを自動生成
3. 修正して納品

② ショート動画編集 (AI 動画編集を活用)

使用アプリ：Canva / Adobe Firefly / Midjourney など
手順：
1. クライアントから素材を受け取る
2. AI を使って自動編集、字幕やエフェクトを追加
3. 完成した動画を納品

③ 雑誌・Web サイト・ブログの原稿作成 (文章生成 AI を活用)

使用アプリ：ChatGPT / Notion AI / Jasper など
手順：
1. フリーランスサイトで記事作成の案件を探す
2. ChatGPT などの AI に下書きを作成してもらう
3. 文章を人間の視点で修正・加筆し、読みやすく仕上げる
4. クライアントに納品

④ 翻訳 (AI 翻訳ツールを活用)

使用アプリ：DeepL / ChatGPT / Google 翻訳 など
手順：
1. フリーランスサイトなどで記事作成の案件を探す
2. AI 翻訳ツールで文章の下訳を作成
3. 翻訳文を読みやすく調整し、自然な表現に仕上げる
4. クライアントに納品

ぼくらはみんな必死に生きている!?

今回のテーマは、「言い間違い聞き間違い 2025」。

スーパーで
「Excuse me, can I get by? (通してもらえますか?)」と
言われたのに、
「Can I get a bite? (ひと口もらえますか?)」
と聞こえて、
思わず手に持っていた
バゲットを隠した私でした。
【Fさん】



友達が「ドッカン寿司に行こうよ」と言うので、変な名前の新しい寿司屋が出来たのかと思っていたら、「ガッテン寿司」だった。【Mさん】

父が「TPPが肝心なんだ」と言ったので、難しい政治の話はごめんだなと思っていたら、TPOの間違った。【Eさん】

会社の上司が、あの店人気だねえ…人山の黒だかりだ、と言っていた。【Mさん】

結婚式場で働いている私は、物凄く疲れていた時に知人のご家族の方の訃報の連絡を受け、つい「この度はおめでとございます」と言ってしまう大罽を買いしました。「この度は…」の後は「おめでとございます」と言ってしまうこの口をなんとかしてください。【Aさん】

あまりにも楽しんで生きようとしている息子に「お前は甘い!」と言おうとしたら、「お前はうまい!」と言ってしまった。【Tさん】

読者アンケート

あれは日本で馬車馬のように働いていた頃のこと。徹夜続きでもものすごく疲れて朦朧としながら、近所の喫茶店にランチを食べに行った時、その名物のビーフカレーとアイスコーヒーを頼もうとして「えと、アイスカレーとビーフコーヒーください」と言ってしまった。ウェイトレスのお姉さんは、「瞬止まってください、アイスコーヒーとビーフカレーですね、って言ってくれた。アイスカレーもビーフコーヒーも想像するとキモ…。」【R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



オンラインショップ www.lovest-la.com

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

メルマガ購読者だけの新商品
& 割引あり！HPのフォーム
から購読登録してください！



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。

アラビダトリオ エイジングケアセット

通常価格 \$199.95 → **\$159.95**

送料無料

光線療法を応用した特許取得済みの独自のフォーミュラを採用したパッチとスキンケアで、体の内側と外側の両方から、お肌の健康をサポート。使い始めたその日から、お肌に若々しい輝きを取り戻すお手伝いをします。また、アレルギーテスト済み。人工保存料不使用なので、あらゆるタイプの肌に安心してお使いいただけます。

セット内容：

- *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
- ※約2月分(目安)



光反射科学を利用してツボを刺激！パッチを貼るだけで若返り&健康促進！

全身若返り



幹細胞活性・X39 パッチ

通常価格 \$149.95 → **\$120** 送料無料

頸椎・下丹田、または痛みや老化が気になる箇所に貼ることで、以下のような効果が期待できます(個人差があります)。幹細胞を活性化させる銅ペプチドを増強活性化、アンチエイジング、エネルギーレベルの向上、疲労回復、痛みと炎症の軽減緩和など。薬物、化学物質、興奮剤の不使用。多くのプロアスリートも愛用！(30枚入り)

ダイエット



ダイエット・SP6 パッチ

特別価格 **\$79.95** 送料無料

貼るだけで食欲抑制が期待できるパッチ。SP6パッチは、古代の鍼療法の原理を利用。漢方医学の原則を活用して胃と脾臓を正常な機能を司る、山陰交(さんいんこう)、足三里(あしさんり)などの胃と脾臓経路のバランスを回復させることにより、食欲をバランスよく整え、コントロールして空腹感や食欲を自然に落ち着かせます。(30枚入り)

若返り



Y-age グルタチオンパッチ

特別価格 **\$79.95** 送料無料

グルタチオンには高い抗酸化作用があり、日本では若返り目的でのグルタチオン点滴が話題です。このグルタチオンパッチは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。脾臓、肝臓、胆嚢、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。(30枚入り)

銀座トマト USA Chieco ピュアオイル 100

特別価格: **\$43** 送料: 無料!

植物由来 100%の天然美容オイル。7つの天然オイルのバランスで毎日のお肌の潤いをしっかり守る万能オイル。まるでシルクのようななめらかな感触でスツと肌になじみます。保湿オイルとしてスキンケアの仕上げの他に美容液としても使えます。ダマスクローズの香り。
[内容量: 28ml]



銀座トマト USA Chieco ローション (化粧水)

特別価格: **\$48** 送料: 無料!

乾燥しがちな肌に極上の潤いを与える、パラプラセンタ配合のアンチエイジング化粧水。時を超えて溶け出したスイスのアルプス氷河水を使用。天然植物成分とアルペンローゼの豊かな星屑成分が乾燥しがちなお肌に潤いとハリをたっぷり与えます。[内容量: 120ml]



銀座トマト USA Chieco オールインワンジェル

特別価格: **\$58** 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。[内容量: 160ml]



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
[30包入り]



銀座トマト USA Chieco セラム (美容液)

特別価格: **\$68** 送料: 無料!

パラプラセンタ配合アンチエイジングスキンケアシリーズで年齢肌のお悩みに高密度の集中ケアを実現する美容液。高密度のパラプラセンタが驚きの粘弾力でお肌にハリ感をもたらします。年齢肌の目元・口元の集中ケアにも [内容量: 30ml]



銀座トマト USA Chieco クリーム C

特別価格: **\$65** 送料: 無料!

パラプラセンタ配合アンチエイジングスキンケアシリーズの夜用保湿クリーム。馴染ませた瞬間から肌に溶け込むような上質な感覚のクリームが寝ている間に潤いを補い続けます。贅沢な潤いとみなぎる生命力を持つ植物のエキ스가健康的で美しい素肌へ導きます。
[内容量: 50g]



Scent of Lavender
GrandeHair 育毛美容液

販売価格 \$79 → \$70 送料 \$5



まつ毛美容液・GrandeLUSHのメーカーが開発した育毛セラム。ペプチドやアミノ酸を豊富に配合し、毛根を活性化。薄毛や抜け毛を防ぎながら、太く強い髪の毛の成長を促進。軽いテクスチャーで頭皮に素早く浸透。髪の毛の土台を整えながら、根元から美しく健やかな髪へと導きます。(40ml)

**TRIAL
SPECIAL**



Beauty Care LA PINKIE
RE BONDING

シャンプー&コンディショナーセット

通常 \$93 → \$75 さらに送料無料で！！

ドライヤーやアイロンの熱を味方に、サロン帰りのような美しい髪に仕上げる、日本人のヘアスペシャリストによって作られた画期的なシャンプー&トリートメント。熱の力を利用する成分「ATS」を配合し、カラーやパーマによる髪の毛のダメージや、年齢によるうねり・ゆがみのお悩みに対応。ダメージを補修し、髪質を改善、形状記憶をサポート。シャンプー 500ml/ 通常 \$45

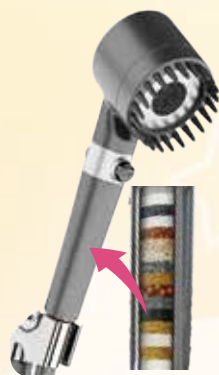
アミノ酸系洗浄成分配合で頭皮に優しく、豊かな泡立ち。柑橘系の香りで爽やかに洗います。

コンディショナー 500ml/\$48

候補室オイル配合で、ハリ・コシ・艶のあるなめらかでまとまりの良い毛髪に仕上げます。細い髪は健やかな髪に。太い髪には柔らかさのある髪に。

l'ovest 4 WAY フィルターシャワー

トライアル価格 \$49 → \$39 送料 無料



水道水の塩素や不純物を、ミネラルボールや天然鉱石の高性能フィルターがしっかり除去するシャワーヘッド。LAの硬水も軟水化し、髪と頭皮をやさしく保護。4WAY 切り替え機能で好みの水流を選べ、心地よい洗い心地を実現。さらに、節水設計で水の使用量を抑えつつ、しっかり洗浄できます！

l'ovest 白髪/薄毛ヘアコンシーラー

1 個 \$14 → 2 個 \$20 送料 無料



お出かけや必要な時だけ生え際の白髪や、薄毛が気になる部分がカバーできる便利なヘアコンシーラー。微細なファイバーが主成分なので、ボリュームアップも実現し、パウダーをパフにつけてなぞるだけ。生え際や分け目の肌をしっかりと隠してくれます。コンパクト式で持ち運びも便利。シャンプーで簡単にオフできます！

カラー：ブラック、ダークブラウン

l'ovest 高級ヘアピース

販売価格 \$55 → \$45 送料 無料



生え際の薄毛、白髪隠し、ボリュームアップに！柔らかに滑らかにからみにくい高級人毛 100% 使用。“乗せた感”がなく、自然に地毛に溶け込みます。前後2つのクリップで簡単に装着でき、360°に広がる設計なので気になる部分もしっかりカバー。人毛なのでシャンプーコンディショナー、ブロー、カール/スト

カラー：ブラック/ブラウン レートアイロンを使用することができます。
長さ：最長部 25cm / 前髪部分 12cm

TIZO プライマーサンスクリーン

通常 \$41.99 → \$39 送料 \$9

当ショップの大人気ベストセラー商品。皮膚科医も推薦する肌に優しいサンスクリーン/化粧下地。酸化チタン、酸化亜鉛などの働きにより SPF 40 で紫外線 A/B 波、さらにブルーライト、近赤外線から強力にお肌を守ります。有害成分無添加で、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
内容量：50ml



l'ovest

Anua 桃 70 ナイアシンセラム

販売価格 \$25 → \$18 送料 無料



自然に恵まれた韓国・済州島産の上質な桃を 120 時間かけて発酵・熟成させた独自成分、PEACHNIA(TM) を配合や、保湿&透明効果で注目のナイアシンアミドを高濃度 5% 配合。さらに 3 種ヒアルロン酸などの保湿成分が乾燥したお肌をからしっとり保湿。また、古い角質が取れやすくし、肌のキメを健やかに整え、白桃のように水分感の満ちたツヤ肌へ導きます。

30ml

l'ovest Anua ナイアシンアミド 10%
ダークスポットセラム

販売価格 \$25 → \$18 送料 無料

楽天市場・美容液部門 1 位獲得！メラニン生成を抑制する三大美白成分、ナイアシンアミド 10%、トラネキサム酸 4%、アルブチン 2% と、高濃度配合したの赤い美容液。気になる部分を集中ケアすることで、くすんだ肌トーンやシミを改善して透明で生き生きした肌へ導きます。さらにセラミドとピンクビタミン B12 がバリア機能を整えて肌荒れを予防。ヒアルロン酸とパントテニールでたっぷり潤いも補給！



30ml

Scent of Lavender
GrandeLUSH 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す！メーカー正規品。



Dr. Diego Infinity Wellness MD
CBD+ Pigment Control Kit

特別価格 \$170 送料 無料

紫外線や加齢などのストレスによるシミやくすみを改善するドクターズコスメ CBD のブライティングキット。の肌質に。Balancing Cleanser, AM Exfoliating Pads, Skin Brightening Serum で朝晩のケアを行うことで透明感のある均一トーンの素肌へと導きます。



Dr. Diego Infinity Wellness MD
エンリッチレチノールアイクリーム

特別価格 \$95 送料 無料



目の周りのデリケートなお肌に豊かな潤いを与え、小コワ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、カフェイン USP、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。また、目の下、カラスの足跡なども改善へと導きます。全ての肌質に。
内容量：15 m

魔女ともえの秘法力バラ数秘術 2025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

宇宙の采配に身を委ね新たな風！

流れゆくもの、自然に離れてゆくものは、無理に掴んだり引き戻したりせずそのままにして宇宙の采配にゆったりと身を委ねましょう。そうすることで不要なエネルギーが削がれて、本来のあなた自身の運気の歯車がカチッとハマリ、新たな風があなたを上昇気流に乗せてくれるでしょう。

【開運】羽・翼のモチーフ。音声時計。

Life Path number 6

知見を深め違った視点で捉える！

広く浅い知識も必要ですが、この時期は、一つの事柄をとことん追求することで知見を深める意識を持ちましょう。それにより目には見えない世界からの招待状があなたに届き、この世の摂理や真理についての理解を尚一層深めることが出来、物事を違った視点から捉えられるでしょう。

【開運】達人・名人・匠。直売・産直。

Life Path number 3

夢が現実となるヴォルテックス！

小さなことにも拘りを以って行動することで、その小さなエネルギーがゆくゆくは大きなヴォルテックスを形成しあなたを人生の高みへと押し上げてくれるでしょう。些細な事柄にも心を込め、深い意味が感じられない出来事にも価値を見出すことで夢が現実となる渦を創り出しましょう。

【開運】一日一善・陰徳陽報。渦巻き。

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：1998年11月09日生まれの場合

(年) 1+9+9+8=27 → 2+7=9

(月) 1+1=2 (日) 0+9=9

年月日を足す：9+2+9=20 → 2+0=2

④ 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

一緒行動で大成功への扉が拓く！

この時期は、単独行動よりも一緒行動のほうが様々な場面に於けるチャンスの女神との出逢いの確率をより上げますので、特に大事なシチュエーションでは信頼の置ける人を伴いましょう。そうすることで、今迄にはない偶然が必然となり大きな成功へと向けた扉が拓いていくでしょう。

【開運】煮込み料理。ポイントカード。

Life Path number 7

真の利他主義で愛に満たされる！

この時期は、真の利他主義というスタンスに立った言動が人々に光を齎し、それが巡り巡って自分にも大きな光となって戻って来るという経験が暗示されています。人は全て魂にて繋がっており、他者への愛は自己への愛であるということに改めて気付く大きな愛に満たされるでしょう。

【開運】緑黄色野菜。ステンドグラス。

Life Path number 4

自然に流れが自分に向いてくる！

率先して動くよりも状況や展開、相手の出方を見てから動いたほうが、全ての面に於いてのバランスが上手く取れる時期です。意識的に自分を前面に出さずとも、自然に流れがあなたに向いてきて、ふと気付けば心地好いフローに乗り景色のいい航路をエンジョイしていることでしょう。

【開運】船・港。サウンドヒーリング。

Life Path number 1

アイデアやプランを実行に移す！

この時期は、思い付きや成り行きでの行動よりも予めから温めてきていたアイデアやプランを実行に移していくのにはいい時期です。その際には、自分だけで決めずに経験者や先輩、専門家等の意見も上手に融合し取り入れることでタイミングの波動があなたに味方してくれるでしょう。

【開運】薬膳・精進料理。堅実な出費。

Life Path number 22

ベターチョイスがベストに変換！

この時期は、ベストではなくてもベターな展望に身を任せることで、それがいずれはベストに変換されていくという氣の流れとなっていますので、完璧は求めずに今は折り合いを付けてベターなチョイスをしておきましょう。そのワンステップこそが後に最良な結果を連れて来るのです。

【開運】折衷・コラボ。流れ星・星型。

Life Path number 8

信じる気持ちが愛を増幅させる！

この時期、信じる気持ちというもの大切さを改めて実感するでしょう。それは自分自身、他者、宇宙…それぞれに於いての愛を以てのスタンスです。信じる波動は光を呼び込み、愛を増幅させるパワーがあります。それによって益々の光のスパイラルが眩く回っていくことでしょう。

【開運】想い出の場所。風に揺れる物。

Life Path number 5

自己の開放で望む未来へと歩む！

過去の経験により形成された自分像や他者目線でのあなたらしさに縛られず本来の自己を開放する意識での判断が功を奏するでしょう。普段とは違う自分を揺り起こし、限りない自己の可能性を信じることで物事の真髄と繋がることが出来、望む未来へと続く道を歩んで行けるでしょう。

【開運】大きな枕。新規の契約・約束。

Life Path number 2

デジャヴ的学びのチャンスが！

デジャヴ的学びのチャンスが訪れそうです。嘗て決着を付けたこと、ケースクローズとなっていたことが再燃し、いい意味での過去との邂逅となるでしょう。それにより、その時には気付けなかった大切な何かを受け取ることが出来、それを未来に向けた今に活かしていけるでしょう。

【開運】想い出のアルバム。早朝瞑想。

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 : <https://majotomoe.com/>

お問い合わせ : majotomoe@gmail.com

【活動内容】

☆ 完全予約制 Google Meet : \$80/60分 \$115/90分

☆ メール相談 : \$40

☆ 本誌に「秘法力バラ数秘術」、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

紀伊国屋書店 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

運気全般リーディング、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・ガイドダンス、遠隔浄化とパワーチャージ、プロテクション方法・開運白魔術のガイドダンス、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！



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20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4%追加

♥ページ下の名刺サイズデコクラシファイド：1回\$75、年間掲載1回\$65

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

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 ■ディプロマ授与

詳しくはお問い合わせください

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



◆ソーイングクラス◆

★型紙とミシンで簡単に浴衣を作ってみませんか？

浴衣は正式には反物でへらで印をつけて作りますが、とても大変！当クラスでは型紙を使って反物だけでなく、洋服の服地を使ってミシンで縫うクラスを開催します。ご希望であればダウンタウンへ服地を購入するツアーもあります。夏に向けて自分でお気に入りの1枚を作ってみませんか？

★留めそでを使って着物ドレスにリメイク

一度も着ていない着物ありますよね。留めそでは品格があり華やかでパーティーにはぴったりの着物です。それをドレスにリメイクするクラスを開催します。品格や華やかさを消さず、簡単に着られるドレスに挑戦して、タンスに眠っている留めそでを蘇らせてください。留めそで以外の着物のリメイクもできます。お仕立ても賜ります。（すべてのご希望に添えないこともあります）お問い合わせは必ずメールでかテキストで願います。ダイヤモンドスペースイーザーニットソーイング

Text またはメッセージ：310-72-2586

Email: diamondsewing@yahoo.com

NEW! ビリーフコード オーラリーディング



★ビリーフコード：潜在意識から問題に関わる信念体系開放

★ボディコード：心と体の不調和の原因を見つけ開放、癒し

★スピリチュアルコーチング

【OneMindHealing】YouTube

詳細：AurasparkYoko.com

yokosaito333@gmail.com



小さな引っ越し、 大きな引っ越し

ソファ、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

メディケア、年金、積立て保険

無料相談・お問合せ承ります。

ほけんやさん Mamiko 310-619-8833

Mamikob.uni@gmail.com

美容・健康 BEAUTY・HEALTH



肌馴染みカラーが豊富



Karuta Nails

★毎月変わる2種類の定額アート有
ジェルネイル \$30〜。4月より
Permanent Jewelry も開始！

詳しくはIG@karutanails をチェック！
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

縮毛矯正スペシャル



S: \$220 M: \$245 L: \$270 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

Diamond Space Easy Knit Sewing SINCE 2008 自分の体型に ぴったりの洋服作り

お腹や二の腕が気にならない
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。

洋服のお仕立ての注文や着物
のリフォームなども賜ります。

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
TEXT/メッセージ (310) 702-2586 *ガーデナ

ラベストオンラインショップ
は本誌でお馴染みのお店やサ
ロン御用達のスグレモノを
たくさん販売しています！
ぜひチェックしてください！
新入荷&セール情報はメルマ
ガでお届けします！

lovest-la.com/shop

こんなジャンルの広告に効果が期待できます！

美容・健康関連

★スパ/エステ
★ヘアサロン
★化粧品小売
★マッサージ★鍼治療

習い事・資格

★クラフト、芸術系
★音楽、舞踊系
★語学、IT、資格系
★フィットネス系

飲食関連

★レストラン/カフェ
★グロスアリー
★ギフト・贈り物
★健康食品

その他

★ファイナンス/保険
★スピリチュアル/占い
★セミナー/イベント
★家具/リフォーム

★ラベスト広告募集★

\$20 のクラシファイド広告からフル
ページディスプレイ広告まで！

あなたのニーズに合わせ、種類やサイズ
ご契約期間によって様々なディスカун
トもご用意しています！

この号からは 50 歳以上をターゲットに
した内容も増えています。この層が顧客
ターゲットのビジネスに携わる皆様も
ぜひお気軽にお問い合わせください！

mail@lovest-la.com 310-538-4122

編

へんしゅうこうき

集

さてAI特集ですが、原稿を作るにあたり、ものすごくAIを利用しました！でもあれだけ特集でお勧めするようなことを書いておいてなんなのですが、慣れた作業は今まで通りやった方が早く終わるなあというのを痛感しています（笑）。たとえば、ヘア特集でどうしてもページピンクのヘアスタイルの写真が探せなかった場合、手持ちの写真の女性の髪の色をブラウンからページピンクに変える作業をします。通常はPhotoshopでの慣れた作業で行いますが、きっとAIなら10秒で変えてくれるに違い！と手抜きしたい一心でそれができるAIサイトを探してさっそく利用。でも慣れない作

業でイライラ&思うような色にならずに結局Photoshopで10分くらいかけてやって、その直後に「この子の髪の色をピンクページにして」と文字で入力するだけで10秒で変えられるサイトを発見…9分50秒の手抜きをしたために、私は一体どれくらいの時間を費やしたんだろうって。いやでも本当に想像もしていなかった世の中になってきましたなあ。便利すぎて依存してどんどんダメ人間が増えそうで恐怖です（一番先にダメ人間になる自信がある）。でもAIは人生を豊かにするひとつのツールだと割り切って生活に取り入れていくのがちょうど良いと感じる今日この頃です。（MK）

後

記

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. 243

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 16614 S. Figueroa St, #8, Gardena, CA 90248

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： お店：
- ラベストで取り上げてほしい話題、またはこんな特集があれば面白いのでは？というアイデアをお寄せください

9. ラベストが開催するとしたら、どんなイベントに参加したいですか？（例：美容講座、ワイナリーツアー、お料理教室 等）

お得な情報満載のメルマガ配信中！
 いも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！ lovestla.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！



＊掲載内容は諸事情により中止、変更することもありますのでご了承ください。

他、最新トレンドをキャッチできる内容でお届け！

真夏の対策企画
 LA流・涼しくキレイに過ごす夏準備
 LAの夏は楽しいことが目白押し！でも美容面で対策しないことが一番多い季節でもあります。メイク崩れ対策や汗対策、お肌も髪も強い紫外線に晒されて傷み放題、冷房の聞いた部屋での肌乾燥や冷えもあるし、露出が多いから手足のケアやダイエットもしなきゃ…。そこで次号では夏本番に向けてLAでも涼やかに優雅に過ごせるヒントをどんとあつめてお届けします！

読者プレゼント！

アンケートにお答え頂いた方の中から抽選で進呈！

佐藤製薬から
 Q10 コラーゲン
 10本パックを
 2名様に！



ラベストから
 Anua の保湿&美白
 ナイアシン美容液を
 2名様に！



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：5/15/2025

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、「その『日本』違います」への笑えるエピソードのご提供もお待ちしています！採用の方にはらべにゃんメモ+αを差し上げます！

LIFEWAVE®

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。しかしこの幹細胞活性化パッチを貼ることで再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。

症例：アンチエイジング



Before

After 3 Months

症例：スノーボード中に追った顔の怪我



当日

2日目

5日目

※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。

グローバルビジネスセミナー

現在 100 ヶ国で展開中。
日本は現在 26 万名、
毎月新規登録 5,000 名。

ディストリビューター
募集！

月例ウェビナー・米西海岸夏時間

- * 毎週月曜日夜 8 時
- * 毎第 2 週と第 4 週の土曜日の夜 6 時
- * 希望により個人ウェビナーも開催
- 要予約：ウェビナー ID とパスワードをお知らせいたします

世界 100 ヶ国以上に展開するグローバル企業

ライフウェーブで 6 年で 26 万名のメンバー構築した
トップリーダーによる事業説明会を開催いたします。

10 名限定でトークショーで開催いたします。

やりがいのあるビジネスを求めている方、夢を実現
したい方、老後の資金をためたい方、子供の学費が
必要な方、日本及びアジア方面に知り合いのある方
一度参加してみませんか？参加者には特許製品の幹
細胞活性化パッチサンプル進呈。参加希望の方は予
約をして下さい。

ご質問は Miz 迄

909-861-7043、stemcellact@gmail.com

日本



フィリピン



タイ



韓国



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

ハリ、艶、
目覚める肌

エクセルーラ

Excellula

0765

エクセルーラ

目指したのは、肌の内側から輝きあふれるハリ・艶肌。

肌のポテンシャルを引き出すエイジングケア。

エクセルーラがさらにパワフルになってリニューアル。

好評発売中

リニューアル



モイストゥアソープ 80g

肌に負担をかけず、豊かな泡で毛穴の奥の汚れまでしっかり落とします。



パワーローション 150ml

美容液のようなコクがあるのに、肌に染み入るように浸透する化粧水。



パワーエマルジョン 120ml

豊かなうるおいが長時間続き、ふっくらとしたなめらかな艶肌へ導く乳液。



パワークリーム 40g

皮ふ温に反応してなめらかに広がり、ハリと艶を実感できるクリーム。

全品、アルコール・パラベン・香料・合成着色料を含みません。

植物エキス高濃度抽出・ブレンド技術を採用した独自のパワーコンプレックス（複合成分）と3種類のヒアルロン酸、さらにナノ加水分解コラーゲンなどの有効成分を、薬品会社の医療技術を採用したディープデリバリーシステムでお肌の奥深くまで届けます。



sato
HEALTHCARE INNOVATION

佐藤製薬株式会社

 Cxcellula_us

www.sato-pharmaceuticall.com/us/usa



 YouTube

佐藤製薬
Excellula オリジナル
なじませ法動画

