Bimonthly Japanese Magazine
kirei and Genki Trends For you!

lovest

ラベスト

No. 221
Aug. 2021

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

夏休み恒例・美容健康特別読み物企画

2020年8月～2021年7月

私の年間トップランキング

ビューティー&ヘルス

コロナ禍を駆け抜けたこの1年を踏まえ、今、お勧めしたい美容健康アイテムをご紹介！

EXP. 08/31/2021

DR. SHIN Mid Summer Special

エクソーム リジュビネーション セラピー
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
- 傷痕や瘢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
(別名: CHANEL INJECTION)

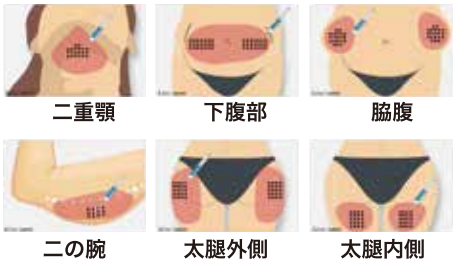
HYCOOX Multi Suction Injector

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

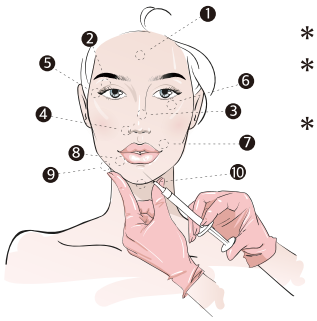
- 小じわ、シワを改善
- 柔らかくキメの細かい滑らかな肌へ導く
- 肌水分量をアップして潤いのある肌へ
- 傷跡を軽減／皮膚トラブルの修復と治癒

Slimming Injection

ボディも顔もシェイプアップ！ DO IT



PPC の溶解プロセス



＊引き締まった滑らかな肌へ導きます。
＊回復期間なし！注射後すぐに日常生活に戻ることができます。
＊目的に応じて何度も注入することができます。

❶ 額
❷ 上まぶた
❸ 鼻
❹ 小鼻
❺ 目尻、こめかみ
❻ 頬骨エリア
❼ ほうれい線
❽ 口角
❾ フェイスライン
❿ あごの下

最新配合テクノロジーがもたらすアドバンテージ

ブロメラインはパイナップル由来のプロテアーゼで、脂肪分解、むくみと痛みの改善、炎症抑制と創傷治癒を促進します。

レイシチンはリパーゼ酵素の働きを活性化して脂肪細胞を破壊し、血管に詰まった老廃物や悪玉コレステロールを溶解して体外への排出させ、余分な脂肪の蓄積を予防します。

- 脂肪細胞内の脂肪の組成を変化させることで体内に貯蓄されずにエネルギーとして使われるようなります。これにより脂肪細胞の数が減り、サイズが縮小されることで最大限に脂肪を減少させます。
- 脂肪細胞を取り除くことでコラーゲン生成が促進され、肌の弾力性を高めます。
- リンパの流れを促進し、分解された脂肪細胞を素早く排出させることで、むくみの軽減やセルライトの除去にも効果的です。

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
- 傷痕、瘢痕の消去・改善に
- 色ムラのない均一のスキントーンに

1 times $200　10 times $1,200

Pico
高出力で少ない回数の治療が実現。お肌の若返りに！

Toning		MLA	
1 times	$400	1 times	$500
3 times	$1,000	3 times	$1,400
5 times	$1,500	5 times	$2,000

Lifting
Doublo　Face $700　Face+Neck $1,000
切らずに肌の内側から強力にフェイスリフト

HIFU 1 times $400　4 times $1,200
皮膚に負担を与えないフェイスリフト

Allergan
Botox → $12 / unit
Juvéderm ULTRA PLUS XC → $500 / Syringe
Latisse 5ml → $150

Allē by Brilliant Distinctions

Radiesse 1.5cc $500
Used for the treatment of deep lines and wrinkles around the nose and mouth-including smile lines, marionette lines and nasolabial folds.

Suneva bellafill
$800 / Syringe
~~$4,000~~ → $3,500 5 / Syringe

drshinclinic.net
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
(310) 534-1242 美容部門
(310) 326-2161 内科部門
23326 Hawthorne Blvd. #140 Torrance, CA 90505

保湿 | 毛穴ケア | エイジングケア | カバー力
シルキーな仕上がり | キープ力 | SPF30 / PA+++

かるく、やさしい、くずれにくい。
プロが選んだパウダーファンデ。

至近距離も、10 時間後も美しい肌へ。
シルクウェットパウダーは、モデルや女優たちのキレイをずっと支えてきたファンデーション。22 種類もの美容成分を配合したパウダーがスッと肌になじみ、悩みをカバー。つけているのを忘れさせる、自然で軽いつけ心地で吸いつくような軽やかさでなじみ、肌のトーンを均一に整えながらお肌をふんわりとした印象に。シルクパウダーとヒアルロン酸などの保湿成分がしっとりさらさらに仕上げます。時間がたってもくずれにくく、自信の肌が続きます。

セフィーヌ
シルクウエットパウダー
リフィル $48 / ケース（スポンジ付き）$12

シルクウェットパウダーアンバサダー
渡辺直美

たった10秒の角質ケア

“ハーブの力”で、つるぷるクリア肌。

くるくる10秒 お肌にやさしく、毎日使える
4種類のピーリングケア

セフィーヌ・ビューティープロ
ハーブクリアジェル＆ミルク
＜角質クリアスキンケア＞各 120ml

ピュア $30
くすみ、シワ、乾燥肌に
ラベンダーの香り

ホワイト＆クリア $30
シミ、ニキビ、毛穴に
ゼラニウムの香り

ミルク $34
高保湿マイルドピーリング
ローズ＆ハーブの香り

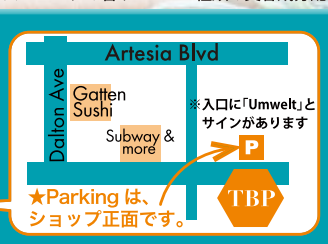
V プラス $34
ビタミンチャージで透明肌
18 種類の美容成分配合

TOKYO BEAUTY 310-787-8888

オンラインショップ **tokyobeautyproducts.com**

1508 West Artesia Square, #E, Gardena, CA 90248

＊営業時間：水曜～日曜 10 am ~5 pm　＊定休日：月曜＆火曜
※現在オンライン・電話注文のみ。ご来店の方はお問合せください。



l'ovest ラベスト

No. 221 / 2021 8月号

CONTENTS

l'ovest 2021©
No. 221 Aug/Sep 2021

Published by RYOU ENTERPRISES, INC.
16901 S Westerm Ave. Suite 106
Gardena, CA 90247
(310)538-4122/Phone / Fax

Website: www.lovest-la.com
E-Mail: lovest@lovest-la.com

夏休み恒例読み物企画

08/20~07/21 年間ベストヘルス&ビューティー....4

広告インデックス（五十音／A～Z）

■医療／健康関連
Lorraine Diego M.D.....10
Louis Yang's Dental.....23
Nishida Shiatsu Center.....16
Shin Family Medicine & Laser Center.....Inside Front Cove

■小売り
Aquolia.....24
Daiso.....21
Diamond Space Easy Knit Sewing.....24
Kihara Art Studio.....24
Sho Hoseki.....2 (Index)

■健康／美容商品関連
b.glen.....11
Ginza Tomato USA.....12
Home Weekly Gel.....13
Lifewave.....15
Sato Pharmaceutical.....14 & Back Cover
Tokyo Beauty.....1

■寺院
Jodoshu North America...19

■食品／フードサービス／飲食店
Hokto Kinoko.....21

■ スピリチュル／占い
Majo Tomoe.....18

■パーソナルトレーナー
FitBody (Mike Miyamoto) 16

■ビューティーサロン／SPA
Bellute.....19 & 24
Cenka Healing Salon.....7
M/Hair from Japan.....6
Nami's Skin Care.....29
Scent of Lavender.....9
Yukako Hair Removal.....7

■マッチングサービス
Miwako's Asian Connection.....18

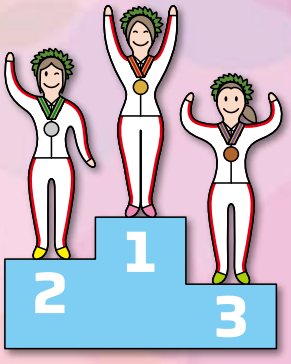
■リーガルドキュメントサービス
WITH Legal Solution.....22

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 16
西田先生の指圧講座／女性のための現代・指圧講座 16
ホクトキノコ提供／きのこで菌活！ 17
MIWAKO のカップル誕生物語／おひとり様からおふたり様へ 18
ビューティーおたく KUMIKO が贈る／美魔女道 19
魔女ともえの今月＆来月の占い／秘法カバラ数秘術 20
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 21
読者アンケート／ ぼくらはみんな必死に生きている !? 22
クラシファイド／ラベスト掲示板 24
ラベストいいもの通販 25

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.

《夏休み恒例・美容健康特別読み物企画》

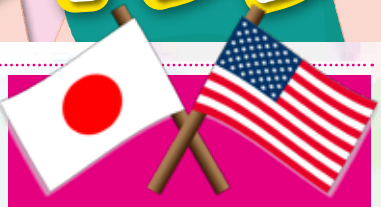


昨年の夏はコロナ禍真っ只中。不自由な自粛生活の中、人々は美容と健康のセルフケアに励みました。そして今年の夏。
経済は再開したものの、新型コロナは新たに出現したデルタ株が猛威を奮い、まだまだマスク生活が強いられ、思うようには行かない日々が続きます。
そんな１年を通して、美のプロたちが選んだお勧め美容＆健康アイテムをご紹介します！

2020年8月～2021年7月

ビューティー&ヘルス

私の年間トップランキング



この１年間の日本/アメリカトレンド動向

【アメリカ】セルフケアの時間と内容を見直した１年

ネイルアートやジェルネイルではなく普通のマニキュア、それどころか爪切りでさえプロに任せる人が多いアメリカ。手間をかけて自分でするよりも、その道のプロがいるんだから、その人に任せれば早くて確実、と、まさに合理的。しかしそんなアメリカンもこの１年でだいぶ意識や行動が変わりました。

美容健康系雑誌やウェブサイトではセルフケアの特集が組まれ、オーソリティー達がいかに自分で自分を美しく若く保てるかを説きました。

もともとジムが大好きなアメリカの人たちがまず飛びついたのが「バーチャルフィットネス」。有料のフィットネスアプリやサイトを使い、オンラインでパーソナルトレーナーから指導を受けるという方式は、ジム通いしていた人はもちろん、ジム嫌いのズボラさん達をも引きつけました。自己流でダンベルを上げても無駄、ウォーミングアップからクールダウンまでをしっかりプロに指導してもらうことで、どれだけ効果に差が出るかを実感した人が多いようです。外出制限が解除された後もこ継続する人が多く、パンデミックはアメリカ人の健康志向に拍車をかけたと言えるでしょう。

それは美容も然り。洗顔や化粧水も使わない手抜きスキンケアを厭わないアメリカの人たちも、気軽にフェイシャルに通えない分、普段のお手入れに熱心に取り組むようになりました。有り余った時間を使って自分に合うスキンケアを探し、説明書やウェブサイトでしっかり勉強し、今までの倍以上の時間をかけてお肌を労ることに目覚めました。

そんな中、特に力を入れたのがピーリング。普段はエステでチャチャッと済ませていてもコロナ禍ではそうもいかず、セルフでせっせとピーリングを行い、肌再生を促してシワやシミの予防に励みました。

同様にヘア／スカルプケアの商品も爆発的に売り上げアップ。ヘアサロンに行けなくても髪自体の美しさを保ちたい人も多かったようです。

【日本】少しでも手抜きでセルフケアできる便利グッズが溢れた１年

「おこもり美容」という言葉が生まれた日本ですが、最大限の自力で美に挑み始めたアメリカの人たちに比べ、セルフケアも他力本願の傾向が強かったのが伺えます。確かに日本はつい欲しくなる機能性に富んだセルフケア商品が豊富。アメリカに住んでいると「日本みたいに便利なものがアメリカにもあればいいのに」と思うことも少なくありません。

便利で優秀と言えば日本の美容家電ですが、そんな中で今、最も売れているのが、美容家電界の老舗的存在「ヤーマン」から発売された『スカプルリスト』。これはＥＭＳとＬＥＤ、さらにマイクロカレントを一台に搭載し、頭の筋肉を引き締めてフェイスリフトを促すというディバイス。当然頭皮ケア効果も期待でき、まさにホームエステのためにつくられた美容家電と言えるでしょう。

ヤーマン
ミーゼ
スカルプリスト
¥33,000

また、セルフケアで忘れてはならないのが「ジェルネイル」。この１年で最も売れたホームケア商品の一つです。セルフで行う上で最大の難関だった硬化用のＬＥＤライトも中国産などの安価なものが出回ったことでジェルネイルがぐんと身近になり、ネイルサロンに通えるまでの間の仮措置として大ヒットしました。また、日本人は器用な人が多いので、おうち時間を利用して本格的なデザインを練習し、凝った柄も描けるようになったという人も多いそうです。

ぺりぺり剥がせるジェルネイル HOMEI ウィークリージェル→ P13 の広告をご覧ください。
ラベスト通販（P25）でスターターキット販売中。

スキンケアでは毛穴ケアが一番人気。肌再生を促進するピーリングコスメが人気のアメリカに比べ、今ある毛穴、シミ、シワを目立たなくするポイントケアが人気の日本。コロナ禍で流行ったものは美容面でもそれぞれのお国柄が出ているのを感じられる結果になりました。

この企画のご意見番的存在、自他共に認める美容オタク、Bellute Beauty Studio のクミコさんに今年もお気に入りのビューティ＆ヘルストレンドアイテムを伺いました！

本誌にて人気美容コラム「美魔女道」連載中。トーランスに自身のサロンを経営し、オーナー兼パーマネントメイクアーティストとして活躍。

私も読者の皆さんも今年もクミコさんスグレモノ情報を楽しみにしていました。まずは近況を聞かせてください。

お陰様でＬＡの経済がリオープンしてからは予約をたくさん頂き、忙しい毎日を送っています。そんなわけでまめにトレンドを追う暇もあまりなく、今回は本当に私が個人的に最近気に入っているもののご紹介になります。

それが聞きたいので大歓迎です。

では今年も**忖度一切なし**で、美容系も健康系もミックスして思いつくままにご紹介しますね！

まず、今、アメリカの若者たちの間では「Ｙ２Ｋ」と呼ばれる２０００年代のファッションがリバイバルブームになっています。でも、若者だけじゃなく、私を含めラベストの読者に多い世代の皆さんにすっごくおススメのアイテムを見つけてしまいました。あっ、いきなり美容健康以外になってしまいましたがいいですか？

もちろんです！　それは何ですか？

「Levi's 725 Women High Rise Bootcut Jeans」（左写真）です。スキニージーンズの流行の影に追いやられて最近あまり見なくなったブーツカットが、待望のリバイバルブームなんです。この商品は**足が細く長く見える**

Women's Levi's® 725 High Rise Bootcut Jeans $59
*levi.com の価格
ライトブルーからソフトブラックまで全５色、ウエストサイズは 22 ～ 34 インチ、長さは 26 ～ 34 インチまでと豊富で、ジャストフィットサイズを選べる。
Levi's のサイト以外にも Amazon などのショッピングサイト、KOHL'S や Macy's などのデパートなど多くの店舗で取扱。

ブーツカットに加え、ハイウエストでおへそまでの深さなので安心の履き心地。オバチャンになるとお腹も出てくるしローライズはキツイですからね～（笑）。しかも足丈の長さも豊富で、小柄な日本の女性でも裾上げナシでＯＫのショートサイズがあります。適度に柔らかいストレッチデニムなので履き心地も抜群で、私は全色揃えました。黒ならよそ行きやちょっとしたビジネスの場の服にも合わせられますよ！

いいですね！　ブーツカットでストレッチ素材でヘソ（まで）パン（ツ）なんて太短足でお腹でっぷりの私にピッタリです。さっそく買います！

次は美容系をご紹介しますね。

スキンケアは去年から引き続き**『ジ・オーディナリー（The Ordinary.）』**がお気に入りです。顔が真っ赤になる〝血みどろピーリング〟こと**「AHA 30% + BHA 2% Peeling Solution」**が世界中で大ヒットしましたよね。ジ・オーディナリーの商品は有害な防腐剤などを含まないので日持ちがしないのもあり、小さなサイズでお手頃価格です。だから**プチプラ派の若い人から私のようなゴリゴリのコスメオタクまで、幅広い世代で受けています。**保湿なら「ヒアルロン酸」、美白なら「ビタミンＣ」という感じで目的に合わせてシンプルに選べるのも人気の理由です。私のお気に入りは**「ヒアルロン酸２％＋Ｂ５」**と**「BUFFET」**というペプチド複合体のセラムです。どちらも乾燥やシワが気になる部分に使っています。去年ご紹介したときはどこも品薄でしたが、今は種類も販売店舗も増え、Ulta などには専用棚があるので、お時間のあるときにぜひチェックしてみてください。

The Ordinary.
Web: theordinary.deciem.com
カナダ発のヴィーガンスキンケアブランド。高品質で低価格。結合剤、香料、染料、パラベン、硫酸塩、鉱物油、ホルムアルデヒド不使用。
*Sephora、Ulta などでも購入可。

美容液以外の基礎化粧品はどんなものを使っているんですか？

一昨年のこの企画で化粧水は「SK-Ⅱ」一択、みたいなことを言ってしまったのですが、実は、お客様からの情報をもとにすごいのを見つけました。ご紹介すると SK-Ⅱ に対する営業妨害になってしまうかもしれないんですが…。

あくまでもクミコさん個人のご意見なので大丈夫です！（笑）

そうですね！　これに限らず、**ご紹介のものは全て私の個人の好みですし、個人差もあるので、ご使用の際は何卒自己責任でお願いしますね！**

では改めまして。

ご紹介したいのは、韓国のブランドの**『From Nature』**の**「AGE Treatment Essence」**です。これは化粧水タイプのエッセンスなんですが、SK-Ⅱ の主成分の、いわゆるピテラと同様の**「ガラクトミセス発酵濾過物」という有効成分が、SK-Ⅱ の 90％より多い 95.7％も含まれているんです。**

おー、あの日本酒をつくる人の手がツルツルなことから発見・採用されたという成分ですね！

はい。しかも、**日本だとお値段が２千円くらいなんです！　アメリカでも時々アマゾンで25ドル程で販売しているのを見かけます。**私はこれまでは SK-Ⅱ の化粧水を大事に大事にちょびちょび使っていましたが、今はこれをバシャバシャ惜しみなく使っています（笑）。あくまでも私の感想ですが、SK-Ⅱ と同じくらい、めちゃくちゃ良いです。ただし！同様の成分が入っているからと言ってこの２つは似て非なるもの。SK-Ⅱ を愛用している方でもこれが合わない方もいらっしゃると思いますし、SK-Ⅱ 自体、肌に合わない方もいらっしゃると思いますので、お試しの際はよく調べてみてくださいね。

なるほど。でも気になるのでこれも買ってみます♡　肌に合わなくても25ドルなら諦めがつきますし。

From Nature
AGE Intense Treatment Essence 150ml $24.60*
*Amazon.com での価格
日本の楽天は韓国スキンケア売り上げ第１位を獲得した、美容液効果の高いトリートメントエッセンス。日本酒などに使われる菌の一種、ガラクトミセス酵母で作られた培養液を 95.7％も含有。肌本来のサイクルを取り戻し、透明感とハリのあるしっとりとした素肌へ導く。

では次は〝究極の若返りサプリ〟と呼ばれている、美容系のサプリを2つご紹介します。

一つは「**NMN**」です。これは体の中に入ると長寿を司ると言われている**サーチュイン遺伝子に働きかけ、身体のあらゆる老化を抑制すると、今一番注目されているサプリメントです。**まだ新しい研究なので人間での臨床結果は十分なデータが出ていないのですが、それでも若返りに関して余念のない人たちはこぞって飛びついています。現時点では臨床的なほとんど実証はありませんが、肌の若返りはもちろん、肝機能や脳の若返り効果も期待されています。もちろん私も自主的に人体実験のつもりで早くから飲んでいます。実感できた効果としては、忙しい日が続いても疲れにくくなり、何より睡眠の質がぐんと上がりました。以前は眠りが浅くて夜中に3、4回トイレに起きていましたが、今は多くて1回くらい。朝はスッキリ目が覚めます。私の知り合いは白髪が減ったって言ってましたよ。日本では数万円もする物もありますが、私がアマゾンで買っているのは、1個約29ドルで、まとめ買いだともっとお安くなります♪

綺麗＆元気！

NMN MAX 500mg (60cap)$28.99*amazon.com
NMN（βニコチンアミドモノヌクレオチド）はビタミンB3に含まれる成分で、長寿遺伝子と呼ばれるサーチュイン遺伝子を活性化する補酵素・NAD に体内で変換される。今年4月に Science 誌にて、ワシントン大学医学部のヒトを対象として行った臨床試験で、NMN 摂取グループの NAD 濃度が上昇したと共に、糖尿病予備軍に対しての血糖値の改善が見られたことが発表された。

Starhonor Liposomal Glutathione 1500mg (2oz)$21.99*amazon.com
こちらはクミコさん御用達。リポソーム化されたグルタチオンにアンチエイジング成分、ビタミンCやヒアルロン酸を配合した液体タイプ。

ほお。期待されている効果が全部実証されたらすごいことになりますね。

アメリカは国防省がNMNのアンチエイジング研究に予算を出しているそうで、国を挙げて期待しているんですね。

もう一つのサプリは何ですか？

「**グルタチオン（Glutathione）**」です。グルタチオンは3つのアミノ酸から成るトリペプチドでやはり高いアンチエイジング効果が期待されています。**日本では医薬品扱いなので病院で点滴で注入するんですよ。でもアメリカではサプリが山ほど販売されています。**美容面では特に美白効果があると言われていますね。健康面では生活習慣病やアレルギー、白内障などの改善も期待できるそう。もちろん、私はこちらも自主的に人体実験しています！

グルタチオン点滴はネットで目にして気になっていました。アメリカはサプリがあるなんて、ぜひ試したいです。

次はお勧めのヘアケアです。

OLAPLEX
単品は全て各 $28
詳細：olaplex.com
① No.3 Hair Perfector：プレシャンプートリートメント
② No.4 Bond Maintenance Shampoo：髪質改善効果でうねりや枝毛もケア
③ No.5 Bond Maintenance Conditioner：濃厚な栄養成分のコンディショナー
④ No.6 Bond Smoother：スタイリングにも使えるアウトバストリートメント
⑤ Bonding Oil：髪を保護するヘアオイル
⑥ No.0 Intensive Bond Building Treatment：集中ケアトリートメント
⑦ No.6 Bond Smoother：滑らかな艶髪を作るリーブイントリートメント

『**OLAPLEX Hair Care System**』は、超お勧めのダメージヘアケアシリーズで、シャンプーからヘアオイルまで全7種類あります。従来のトリートメントは髪の表面をコーティングするだけですが、これは**独自開発の補修成分ダメージヘアに補われるだけでなく、壊れた細胞を再構築して髪本来の美しさと強さが蘇るというスグレモノなんです。**私はヘアカラーもしているし毎日ヘアアイロンを使っていますが、よく「綺麗な髪ですね」って褒めてもらえるのも、これを使っているからです。

昨年はコロナで太っても運動は嫌いだからやらないとのことでしたが、今もダイエットはしていないのですか？

はい。**好きなものを好きなだけ食べて幸せを感じる。食べすぎても決して後悔しない！　これが私のダイエット**です。ただ、ずっと腰痛に悩んでいたのでYouTubeで「**ズボラストレッチ**」というチャンネルを見て腰や背中のストレッチをしています。椅子に座ったままとかベッドに寝転んだまま楽にできるものが多いので、運動嫌いの私でも色々試していたら随分楽になりました。このチャンネルには、お腹や脚、二の腕の引き締めや小顔などのストレッチや簡単な筋トレの動画がたくさん公開されています。

YouTube: ズボラストレッチ
2021年7月現在、登録者数104万人の人気エクササイズチャンネル。あえてダイエットが続かない、運動は嫌い、体が硬いという方に向けて動画を制作。部分痩せから全体引き締めまで、今すぐ気楽に試せる運動を提供している。

Diptyque Paris
Baies / Berries Candle 300g $98
70g/$38, 190g/68, 1500g/$345
12もの手作業工程を経て、香り毎に違う高品質の材料から作られた高級フレグランスキャンドル。190gで60時間以上続く燃焼時間中に香りが変わらないよう、また、綺麗に均一に燃えるよう、ロウの種類や配合、芯の太さを変えている。

Tocca
Eau de Parfum Florence 50ml $78
トップ：イタリアンベルガモット、グレープフルーツリーフ、グリーンペアー、アップル
ミドル：アイボリーガーデニア、バイオレットペタル、ジャスミン、ブルーアイリス
ボトム：ホワイトムスク、ブロンドウッド

疲れている時の心身を整えることは大事ですよね。

それで思い出しましたが、ここまで挙げたもの以上に気に入っているものがありました！　それはフランスの香水ブランド『**ディプティック・パリス（Diptypue Paris）**』から出ている「ベー（BAIES）」という香りのフレグランスキャンドルです。自然で清々しいベリー系の香りで疲れたときもイライラしているときも気分を整えてくれます。お店にも家にも置いて、いつも気持ちよく過ごしています。

私は香水も大好きなんです。香りは脳を刺激するので好きな香りに包まれていることって幸せへの近道ですよね。また、私は仕事柄、自分もお店もいつも良い香りに包まれているのは必須だと考えています。ただ、人それぞれ匂いには好みがあるので、爽やかで万人受けする香りを選ぶように心がけています。そんな私が今、一番の気に言っているのは『**トッカ（Tocca）**』の「**フローレンス（Florence）**」という香りです。ガーデニア（クチナシ）の香りがたまらなく良いんです。日本の方は香水には興味がない人が多いような気がしますが、トッカの香水はお手頃価格なのにどれも優しく上品な物ばかりなので、きっと好きな香りが見つけられると思います。SEPHORAやNordstromに置いていますので、立ち寄った際はぜひ色々匂ってみてください。

今回は以上です。こんな感じで大丈夫ですか？

はい。今回も興味津々の話題を盛りだくさん、ありがとうございました。来年もよろしくお願いします！

はい、美容オタクとしてますます精進して参ります！

最後に一言。今、アートメイクのニーズは頂点と言われるほど高まっています。当サロンでは本物と見間違えるような綺麗で繊細な3D眉やノーメイクでも魅力的な目元を作るアイライナー、血色の良いナチュラルな唇を作るリップカラーなどのアートメイクを提供しています。毎日のメイクにお悩みの方は、ぜひ、ご連絡くださいね！

Bellute Beauty Studio
Phone & Text: 424-527-7330
Web: bellute.com
18051 Crenshaw Blvd. #A
Torrance, CA 90504
＊P16の広告とクミコさんのコラムもご覧ください。

永久針脱毛師・ユカコさんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

コロナ禍のストレスで心身ともに大変な思いをされた方も多いと思いますが、外出が減り、マスク着用マストの今は、逆に永久脱毛、特に顔の脱毛のチャンスです！

【予約】Text /Tel : 805-455-0105 ★下の広告も
または Jun Hair Salon: 310-538-9928 ご覧ください

1位 《海やプール、ジムに行くなら必須。要介護に備えても。》 V・I・O ラインの永久脱毛

Vはビキニライン、Iはデリケートゾーン、Oは肛門の周囲のアンダーヘア。この部分を永久脱毛することで水着やスポーツウェアも思い切り楽しめます。毛の生えている部分の形を変えられるのも針脱毛ならでは。また、将来、要介護になる可能性に備えて VIO 脱毛する方も増えています。

2位 《マスク着用時間が長い今がチャンス！》 顔の永久脱毛

針脱毛なら細かい箇所も施術できるので、顔の脱毛も鼻の穴以外なら全てOK。眉を整える方が一番多いのですが、マスク着用時間が多い今は鼻の下や口の周りの脱毛を希望する人も増えています。口の周りの産毛が自己処理を続けるとヒゲ化してしまうこともあるのでぜひ今のうちに！

3位 《ノースリーブや水着でも堂々と振る舞える！》 脇の永久脱毛

永久脱毛の定番と言えば脇の脱毛ですが、針脱毛はレーザー脱毛に比べて１本１本を確実に処理でき、毛の質や毛根の深さなどに合わせて行えるのが大きな利点です。脇の針脱毛は多感なお年頃のティーンにも人気。発毛はホルモンバランスに左右されるので、初潮を迎えてから行ってください。

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

初回スペシャルキャンペーン 9 月末日まで

新規ご予約の方、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：$75/60 分
■ミニマム：$35/20 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。

❶最初の 30 分が 50%OFF!

❷始めた日より３ヶ月間、
何回でも 10%OFF!

VIO、髪の生え際の白髪や顔の産毛、男性用脱毛も好評です！

ご予約は 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

美容健康のプロが選ぶ 2020年8月~2021年7月 私の年間ベスト3

美容健康情報に特化した本誌でお馴染みのプロの皆さんにこのコロナ禍の１年を振り返り、その中で最も気に入ったものや、読者の方にお勧めのアイテムを選んでいただきました！

ラベストいいもの通販から選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

ラベスト通販でこの１年間で最も売れた美容＆健康商品を、すでに販売終了したものも含めて、１位からご紹介します！いつもご利用、ありがとうございます！

Online Shop: lovest-la.com/shop
Tel : 310-538-4122

1位 《ホームエステで本格的 LED フェイシャルが実現》 LED セラピーフェイスシールド $39＊販売終了

赤・青・黄色の波長の違う LED セラピーが実現するフェイスシールド。コロナ禍でエステに通えない人や、お肌のお手入れ不足になっている方に大好評。ゴーグルタイプでメガネのように耳にかけるだけで使用できる手軽さが受けました！ご希望があれば再販可能です。

2位 《おしゃれで防御効果も高い布マスク》 大人カラー立体マスク５枚セット $12＊販売中

コットンと不織布を４層に重ねた３D 立体型のマスク５枚セット。淡いピンクから黒までの大人の女性向けのシックな色の組み合わせが受けました！　まだまだマスク生活が続きそうな現状、今もコンスタントに売れています！

3位 《化粧水のようにパシャパシャ使える美容液》 Ecofinest オーガニックビタミンC セラム $18＊販売終了

マイナーブランドだから良品を安価で提供できたビタミンC美容液。値段の安さから化粧水代わりに使っていた方が多いようです。スタッフも使用し確実に肌が明るくなりました。製造元がミニマム卸数を 1000 個にしてしまったので泣く泣く販売中止に……。

次点 ヘアラインカバーシャドウ $10.99＊販売中

ロングセラーの人気商品。生え際の白髪に備え付けスポンジでポンポンとつけるヘアシャドウ。生え際タッチアップの回数を減らし、ヘアダメージを減らせます。

M/Hair From Japan メイさんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

この１年は思うようにヘアサロンにも行けなかった方も多いと思います。そんな方にサロンでしかできない、贅沢なヘアカラーをお勧めします！

【予約】Text /Tel : 424-438-9740
Instagram: @hairart_mae ★下の広告もご覧ください

1位 《髪の表面にグラデーションをつけて立体的に！》
バレイヤージュ $190~

日本で大人気のバレイヤージュ。ハイライトが根本から筋状に入れるのに対し、バレイヤージュは明るい色を髪の表面の好きな位置から入れてグラデーションをつくることで、立体感やエアリー感、透明感が生まれます。ふんわりとした束感が生まれてセレブのような垢抜けた印象をつくります。

2位 《ハイライトだけで一気に明るく若々しい印象に！》
ハイライト $170~

一色で全体を染めるよりも髪に動きを与えておしゃれな印象になるハイライト。地毛にもヘカラーした髪にも、好きな量で好きな濃淡を入れることができます。内側だけ入れるのも素敵です。白髪でお悩みの方もハイライトを入れると目立たなくなり、見た目年齢をぐんと下げてくれます。

3位 《日本生まれのヘアケアでカリフォルニアの夏を乗り切る！》
MILBON ヘアケアシリーズ ＊サロンでも取り扱いあり

元は日本でサロン用に開発されたヘアケアシリーズで、私のサロンでも使用しています。これを使ったらもう他は使えません！　毛内密度を高める「SSVR シルク」が髪を内側から元気にしてくれます。シャンプーからスタイリングまで豊富なラインナップで様々な髪質に合わせて選べます。

Cenka Healing Salon 千香さんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

この１年、様々な制限の中での生活にお疲れの方に、心身を共に癒すマッサージを選びました。１年分のメンテナンスを自分にプレゼントしてください。

【予約】Text /Tel : 310-613-0764
Web: cenkahealing.com ★下の広告もご覧ください

1位 《過去の怪我や炎症などが原因の痛みを和らげる》
スカーティッシュリムーブ・ボディマッサージ 60 分 $60 / 90 分 $90

サロンで一番人気。負担、怪我、や炎症がおこった部分につくスカーティッシュを圧をかけて取っていきます。年をとっても人間はスカーティッシュがなければ痛いところなどほぼありません。今から少しづつとっていきましょう！
オイル有り／無しどちらでも施術可能です。

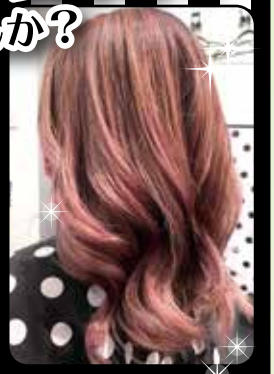
2位 《お手入れ不足のお肌とボディを一気に癒す》
フェイシャルとボディマッサージコンビネーション 90 分 $100 / 120 分 $130

カルフォニア州認可のエステとマッサージライセンス両方もっているセラピストにしかできない特別なトリートメントです。一度で顔と体をすっきり！　じびトリートメントを受けたお客様がよく言う言葉は、「天国へ行ったような気分です」（笑）。ぜひあなたも天国を味わいに来てください。

3位 《マルチに使える高品質ホホバ》
オーガニック・ホホバ 4 oz $15 / Refill $10

一言で言えば万能薬！　。化粧落とし、マッサージ、保湿剤、日焼け止め（SPF ２%ほど）、炎症、痒み止め、ヘアオイルなど、体のどの部分にも使えます。オイルではなくワックスエステールなので酸化しません。赤ちゃんも使えるほどお肌に優しく、アレルギーもほぼありません。Cenka のトリートメントでも毎回使っています！

プライベートサロンで髪も心もリフレッシュしませんか？



Menu

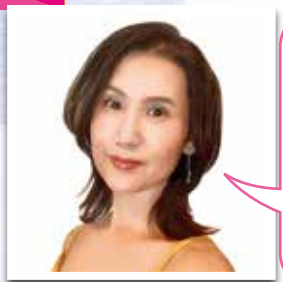
Women Cut…$60~	Color…$90~
Men's Cut…$50~	Natural Henna…$100~
Kids Cut…$40~	Highlights…$170~
Hair Perm…$120~	Balayage…$190~
Japanese Straight…$270~	Eyelash Perm…$50
Hair, Scalp Treatment …$70~	Eyelash Perm & Tint…$65

M/hair From Japan
ご予約 / お問い合わせは日本語テキストでお気軽に
Text: (424)-438-9740 / 完全予約制（不定休）
@Salon Republic 21250 Hawthorne Blvd Ste 170, Torrance, CA 90503
Instagram@hairart_mae

今月のおすすめメニュー
ボディマッサージ
60分 $60 / 90分 $90
15 年以上の経験を生かしたマッサージ技術で全身のリンパを流し、コリ固まった筋肉をほぐします。

Cenka Healing Salon　2383 Lomita Blvd, #111, Lomita, CA 90717
TEXT / TEL: 310-613-0764　www.cenkahealingsalon.com

Tokyo Beauty まみこさんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3



Tokyo Beauty まみこさん

年間のベスト3は外出の少ないコロナ渦で最も注文数が多かったもの、そして私自身も絶対的な信用度で愛用している3アイテムを選びました。これらの商品は紫外線が強い今の時期、紫外線防御、アフターケア、肌再生などが可能。お肌の優しさ、処方、成分にこだわったプロ仕様スキンケアを是非お試しください。

1位 《アンチエイジング化粧水》
CEFINE Nanomic The Lotion Ultima 120ml $85

1位は、発売されてからずっと使い続けている大のお気に入り化粧水『ザ・ローションウルティマ』。シミ・シワ・たるみを内側から蘇らせるとろみのある濃密化粧水は1度使うとやみつきになる不動の人気No.1。あれこれ迷わずともスピード処方でぐんぐん浸透し肌深部から潤いで満たし、細胞レベルのエイジングケアと肌再生ができます。
57種類の高機能美容成分を配合したこの化粧水はDNAの損傷も防ぎ紫外線の強いこの時期には肌救世主のような逸品です。

【商品のご注文・お問い合わせ】Tokyo Beauty: 310-787-888
Online shop: tokyobeautyproducts.com ★P1の広告もご覧ください

2位 《アンチエイジング美容液》
CEFINE Skin Treatment 30ml $98

『スキントリートメント』は、シワやたるみに効果の高いレチノール（ビタミンA誘導体）美容液。万能若返り成分と呼ばれる“レチノール” 美容液はお顔全体につけるだけでシワやたるみ改善の他にも毛穴の引き締め、ニキビ、ターンオーバーの活性化などのエイジングケア効果が高い注目成分。化粧水の後につけるとお肌がしっかり保護されているのが実感できます。超乾燥肌の方や、肌荒れケアにもお勧め。

3位 《日焼け止め・美容液・メイクベース》
UV Cut Écru CCソフト SPF25/PA+++ 30g/$48 CCハイプロテクト SPF50/PA++++ 30g/$50

『UVカットエクリュ』は、日焼け止め、美容液、化粧下地ができる1本3役の美容液。肌に優しいノンケミカル処方でシミやシワ、乾燥などに効果のある美容液成分を配合。新機能のセカンドヴェールは紫外線だけでなくブルーライトやちり、ほこり、花粉からも肌を守り、白浮きなし。化粧下地効果は肌の色ムラをきれいに補正し10時間メイク崩れを防ぎます。石鹸だけで落とせ美肌効果大のマストアイテムです。

次点 《飲むコラーゲンサプリ》
ふかひれコラーゲン本真珠プラス 30本 $120

なんと、1本に天然ヨシキリザメのフカヒレ1枚半と日本産アコヤ真珠が1個が入った贅沢なスティックタイプのゼリーです。内面からの美を大切にする人へのお勧めの吸収率の良いコラーゲンがおやつやデザート感覚で簡単に摂れ、乾燥やシミ、シワ、肌の弾力などの美肌効果や疲労回復はもちろん、不足しがちなカルシウムも摂取でき関節や骨の弱い方にも是非試して頂きたいです。

Nami's Skin Care ナミさんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

Nami's Skin Care ナミさん

今年の12月で『ナミズスキンケア』も17周年を迎えます。長年の経験をもとに、コロナ禍を経験した1年を通して、今、最もお勧めできる商品とサービスを選びました。少しでも参考にしていただければ嬉しいです。

1位 《ファスティングサポート・デトックスサプリメントキット》
M'lis Total Body Cleanse 7日間キット $69 (Nami's Skin Care 価格)

スリミングエステだけじゃ、ましてや運動や食事だけじゃ健康的なダイエットはなかなか難しいもの。そこで私がお勧めするのがこの7日間のデトックスサプリキットです。私は年2～3回ほど利用していますが、大体毎回3kgくらい体重が減り、身体もスッキリして、元気モリモリになります。コロナで太ってしまったという方、ぜひ試してみてください。

【サロン予約】Nami's Skin Care: 949-502-5050（商品注文は電話のみ）
Website: namiskincare.com ★P29の広告もご覧ください

2位 《ディープピーリングフェイシャル》
グリーンピール フル $310、ミニ $185 他

サロンで最も人気のメニューで、私も年に2回は実行してお肌をしっかりメンテナンスしています。シワ、シミ、くすみやニキビ痕にお悩みの方はもちろん、自粛期間中のお手入れ不足で角質が溜まり、お肌の老化が進んでしまったという方にも。古い角質を一気にピーリングするので、施術から皮膚が向けるまで5日程かかりますが、確実な結果が出ます。他詳細はP29の広告を！

3位 《永久脱毛》
針による永久脱毛 60分 $85～$95

確実な永久脱毛をお望みなら、やはり針脱毛がお勧め。レーザーでは脱毛仕切れない細かい箇所やIOゾーンや、色素の薄い毛や白髪、顔の産毛などにも施術できます。また毛根の発毛細胞を破壊するので毛穴の開きを抑えて目立たなくしたり、ブラックヘッドやニキビ肌も改善することができます。当サロンでは5名の熟練技術士があなたのニーズにお応えします！

次点 《元気と癒しを与えてくれる》
ワイン

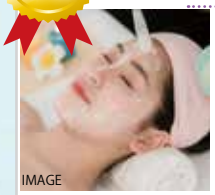
週末には一週間の疲れを癒すため、ホッと一息ワインを楽しみます。飲み過ぎはよくありませんが、ワインはカロリーも低いし、ポリフェノールも多いので体も心も癒す極上のサプリだと思って楽しんでいます。また、年に2回はワインティスティングでサンタバーバラ、パソロブレス、ナパバレーなどにお出かけします。おいしいワインと風光明媚でエネルギーを充電すれば、心機一転、またお仕事も頑張れます！

Scent of Lavnder マユミさんが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

Scent of Lavender マユミさん

エステティシャンとしても美肌と若さの維持は最重要項目。この１年、自粛期間中もサービスの向上を目指してセルフエステや様々なコスメや美顔器の研究に励みました！　読者の皆さんにもぜひ試して頂きたい今年のお勧めアイテムをご紹介します。

1位 《美白＆アンチエイジングリートメント》 トリプルピーリングフェイシャル $130



IMAGE

お勧め第１位はなんと言ってもコレ。私も自分で３週間に１回は行っている『トリプルピーリングフェイシャル』です。シミが濃くなったりシワが深くなる原因である肌の余分な角質を、酵素ピール、AHA ピール、TCA5%ピールの三段階の異なるピーリング剤を使ってパーフェクトに除去します。この１年はマスクによる肌荒れやニキビ、毛穴の開きでお悩みの方が激増しました。これならそんなお悩みにも完璧に対応します。毛穴の汚れやお肌のくすみが一気に取れて一瞬で透明肌になりますよ！

【商品のご注文・フェイシャル予約】Scent of Lavender 626-793-8121
Online shop: scentoflavender.com　★この下の広告もご覧ください

2位 《マイクリカレント家庭用リフト美顔器》 Nuface Trinity PRO $325

よりパワフルになった『ニューフェイス・トリニティ』によるリフトフェイシャルは当サロンのメニューでも大人気です。あらゆる家庭用美顔器を試しましたが、これを超えるものには出会えていません。表情筋をマイクロカレント波が鍛えてたるんだ肌にハリを与え、コラーゲン生成も促進してハリのある肌が蘇ります。

3位 《まつげ美容液》 GrandeLASH MD $63

12 週間使用例

まつげ美容液もあらゆるものを試しましたが、この『グランデラッシュ MD』は確実に伸びる、増える、と感じています。また、年を取るとまつげもどんどん少なくなりますが、まつげが増えるとたるんだまぶたもカバーしてくれるので目元の若返りにも大いに役立ってくれます。皆さんもぜひ使ってそれを実感してみてください！

次点 《心を癒してくれる趣味》 自然に触れる生花

煩雑な毎日がゆっくりした時間になり、仕事のようにこなしていた生け花のクラス、庭の草花の手入れが癒しに変わりました。指導させて頂いている小原流の生花の本質は“自然を生ける！”。時間を気にせず土を触り草を取り、庭に咲いた枝、花で好きな音楽を聴きながら自由に生ける。故人の生花への思いを実感した日々でした。

Scent of Lavender
Skin Care & Aromatherapy

お手入れ不足の肌をリセット！

当店の全サービスはお客様お一人のお時間です。
万全な安全対策のもと、極上のスキンケアとリラクゼーションタイムをご堪能ください。

Forlovede (フォーラブド) amazon Best Sellers

当店オリジナルの「フォーラブド」シリーズは amazon.com でも好評販売中！

Retinol Resurfacing Complex (30ml) $49

シミ、シワ、くすみ、赤ら顔でお悩みの方にお勧めのレチノール美容液。角質層に働きかけ肌再生を促進。同時に血行を促進し肌に透明感を与えます。シワやシミの目立たない若々しい肌へ導きます。

Calming Bio-Lipid Repair Fluid (50ml) $43

マスクやお手入れ不足で肌荒れや乾燥が目立つお肌を鎮静し、潤いを取り戻す美容液。抗炎症作用のある植物成分や保湿効果のあるヒアルロン酸など配合し、ふっくらとした健康的な素肌へ。

お買い求めは Amazon.com または当サロンで！

NUFACE Trinity PRO

当店だけのスペシャル
消費税込み価格 $325
さらに送料無料！

エステ級のフェイスリフトが実現！
プロのみが販売できる15%パワーアップ版

エステのフェイシャルでも使用される信頼と実績のある FDA 認可の家庭用マイクロカレントフェイシャル機器。微弱電流で比嘉に刺激を与えることでコラーゲン生成を促進し、たるみ引き締め、シワを改善。

アゴからほほのたるみ

NEW!
Hydrating Leave-On Gel Primer
10 oz. /$68
拭き取り不要、美容液配合の専用ジェル

好評にお応えしてスペシャル延長！

EXP. 9/30/21
通常$130→$100

トリプルピール＋濃縮ヒアルロン酸導入 w/ ビタミンCマスク

自粛生活で新陳代謝が衰え、ターンオーバーも滞り、乾燥やくすみが進んだお肌を徹底的に角質除去！
プラス、ビタミンCマスクでたっぷり美白成分を補給。
１回の施術で見違えるような“うる艶透明肌”に！

３種類のピーリング同時施術！ダウンタイムナシの美白フェイシャル

1.「酵素ピール」で毛穴に詰まった皮脂や肌に残ったメイク汚れを除去。
2.「AHA20%ピール」で色素沈着の残る古い角質をスッキリ除去。
3.「TCA５%ピール」でシワやシミが刻まれた角質層をディープピールし、肌再生を促進。
4. 濃縮ヒアルロン酸を導入し、肌にたっぷりの潤いと弾力が復活！
5. ビタミンCマスクで最強美白成分がお肌の奥にじわじわ浸透！
★眉毛のトリム、ホットアイマスク、デコルテ＆肩の心地よいマッサージで極上の癒しタイムをご堪能ください。

Tanzen エッセンシャルオイルのご注文、詳細／サロンご予約／サービス、商品に関するお問合せ、は日本語でお気軽にどうぞ

Scent of Lavender 626-793-8121
2497 Huntington Dr., San Marino, CA 91108

www.scentoflavender.com
オンラインショップ、インターネットでのご予約、
美肌の基礎知識などのお役立ちコーナーなど盛りだくさん！

＊完全予約制／営業時間：9 am～8 pm　＊午後６時が最終予約となります。＊定休日：毎週木曜日、日曜日

Dr. Diego メディカルスパ・スタッフが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

Dr. Diego とスタッフのみなさん

この１年、自粛生活が続く中、「コロナ太り」してしまい痩せることが難しいと言う方や、生活が不規則になってお肌の調子が崩れてしまったと言う方に、当院からお勧めのトリートメントを選びました。皆様を若々しく健康に戻すお手伝いができますので、ぜひお気軽にご連絡ください。

1位 《FDA 認可済みの最新アンチエイジング治療》

Tixel Price: ASK

『ティクセル』は、レーザーや RF とは異なる熱の力を利用した、注目の最新肌再生治療です。400℃のチタンチップをスタンプのように皮膚に押し当てることで瞬間的に肌細胞を刺激し、短時間の施術で自然治癒力.と肌再生能力を引き出して若々しい肌を蘇らせます。ニキビやシワ、シミだけでなくストレッチマークや狭い部位などにも施術可能です。

シワへの施術例

ニキビへの施術例

【全ての治療の予約・詳細問合せ】Dr. Diego MD: 323-828-4152
Website: drdiego.com　★この下の広告もご覧ください

2位 《筋肉を引き締めながら脂肪を燃焼するエネルギー照射》

ENSCULPT NEO Price: ASK

HIFEM（ハイフェム）エネルギーと RF（ラジオ波）の同時照射により、脂肪燃焼と筋肉増強を実現する『エムスカルプト NEO』。引き締めたい部分に照射することで１回の治療につき約２万回もの筋収縮を誘発し、自分で行なう筋トレでは到達できない筋肉運動を実現。これにより筋肉の生成を促進。さらに筋肉量が増えることで脂肪細胞の代謝反応を促し、脂肪分解を誘発。週１回×４回で目に見える効果が期待できます！

3位 《レーザーで脂肪を破壊し対外へ排出！》

SCULPSURE Price: ASK

腹部２回施術の症例

BEFORE　AFTER

顎～首の施術症例

BEFORE　AFTER

外出自粛中に溜まった脂肪にお困りの方にお勧めしたいのが『スカルプシュア』。レーザーで脂肪の破壊を可能にした痩身機器として、世界で初めて FDA の認可を受けた医療用機器です。脂肪組織をターゲットとした長い波長のダイオードレーザーを照射することで脂肪組織の温度を 42～47℃に加熱。１回の施術で複数の部位を治療でき、体だけでなく二重顎などにも施術可能。破壊された脂肪細胞は１～２ヶ月かけて体外へ徐々に排出されます。

＊全ての画像は症例です。治療の効果・結果には全て個人差があります。

www.drldiego.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)
- ♥モーニングアフターピル
- ★その他、お気軽にご相談を

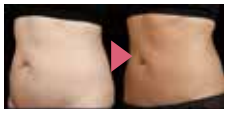
まゆみ メディカルアシスタント　Loraine Diego, M.D. アメリカ産婦人科学会認定専門医　アルマ メディカルアシスタント

DR.ディエゴ・メディカルスパのダイエットプログラム

Skinny Shot 始めました！

FDA認可 スカルプシュア
脂肪破壊ダイオードレーザー・部分痩せトリートメント

つまめる脂肪の部位はこの機械で脂肪溶解＋皮膚の引き締めが可能!



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。

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パックも実現!

hCGダイエットプログラム
３週または６週のコースから選べ、毎週ビタミン注射と体重計測などを行い、最大の結果が出るようにサポートしていきます。

フェンタミン・プログラム
60日コース。毎朝一粒飲むだけで食欲を抑えて体重減少。２週間に一度ビタミン注射と体重計測にご来院いただきます。

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。

NEW 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１㎠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。

■InBody(体成分分析装置)１回 $25 ■ケミカルピーリング各種ご用意 ■医療グレードのスキンケア販売中

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

日本語ライン 323-828-4152
英語:213-388-2229　月～金：9am ~4pm
L.A. Downtown Medical Center 7F
1711 W. Temple St. #7643, LA, CA 90026

b.glen スキンケアコンサルタント・山本のり子が選ぶ

08/20~07/21の年間ベスト3

夏に保湿のイメージはあまりないと思いますが、気温の高くなる夏は、室内では冷房の効きすぎによる湿度不足で思いのほか冬よりも乾燥しがちです。
今回は私のお勧めする夏の保湿ケア BEST 3をご紹介します。

1位 《うるおいが止まらない高機能化粧水》

QuSome Lotion 120mL/4.06fl.oz. $52

スクワランやペプチドなどの保湿成分や VC エチルなどの抗酸化成分が豊富に入っており、保湿＋美白のお手入れにもってこいの化粧水です。さらに、クリニカルテストで 17 時間もの保湿継続力があることが実証され、日本で医学誌にも掲載された実績があります。
このような保湿効果の高い化粧水にも関わらず、さっぱりとした使用感。朝のお手入れの後でもべたつきにくいため、時間をおかずにメイクをすることができます。

【商品注文・詳細】b.glen：888-882-2220
Website (Online shop)：www.b.glen.us　＊この下の広告もご覧ください

2位 《うるおう洗いあがり、泡立て不要の洗顔料》

Clay Wash 150g/5.29oz. $44

天然のクレイ「モンモリロナイト」採用の洗顔料。肌の汚れや古い角質、酸化した余分な皮脂を磁石のように引き寄せて落とす〝吸着洗顔〟で、うるおいと必要な皮脂は残して洗い上げます。しかもモンモリロナイトのイオン交換の特性が潤い成分を肌に届けるので、洗顔後の肌のつっぱりを感じません。泡立て不要でマッサージできるので時短ケアも実現。超微粒子のクリームで摩擦が少なく負担がかからないので敏感肌の方も安心してお使いいただけます。

3位 《シミの原因を元から断ち切る美白美容液》

QuSome PowerBright 15mL/0.51fl.oz $59

美白ケアの代名詞と言われるハイドロキノン誘導体を配合しているので刺激が少ないのにシミを予防できる、日中も使える美白美容液です。
今あるシミを「消し去る」効果だけでなく、これからシミへと発展していく過程にも働きかけます。

次点 《オススメの夏の水分補給》

ココナッツウォーター

夏は自分でも気づかないうちに多くの汗をかくため体の中の水分が足りなくなりがちです。そこで私が摂っているのがココナッツウォーターです。カロリーが低いだけでなく、体への水分の吸収が高く味も飲みやすいため、夏の水分補給には美容の観点からもココナッツウォーターを飲むことをお勧めします。

肌悩み解決型スキンケア

b.glen

日本やアジアで
200万人以上が愛用する
サイエンスコスメ。
アメリカへ再上陸！

I'ovest読者
限定キャンペーン
$10 ディスカウント
下記QRコードからご登録
いただくと、今すぐ使える
$10分のポイントをプレゼント*。
お電話での注文は「I'ovestを見た」と
お伝えください。
*新規のお客様に限ります。

まずはトライアルセットからお試しください。
悩み別で6種類

美白　たるみ　しわ　毛穴　ニキビ　乾燥

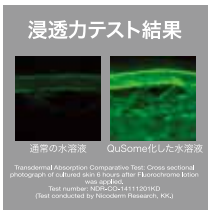
I'ovest読者限定キャンペーンの
$10 ディスカウントを使うと
~~$20.00~~ 50% OFF
$10.00+Tax
送料無料　365日返金保証

【ご注文は】Toll Free：888-882-2220 / Online：www.bglen.us
(日本語OK)　Mon - Fri 9am to 6pm PT

＜化粧品の真実＞
ほとんどの美容成分は
肌に浸透していない。

b.glen

インフォメーションは左の広告をご覧ください



ビタミンCやヒアルロン酸など、美容に効果的と言われている有効成分のほとんどが水溶性。人間の肌は皮脂に覆われているため、水溶性の成分は皮脂に弾かれてしまい、肌の奥まで浸透することができないのです。
その問題を解決したのが、浸透テクノロジー「QuSome」。
QuSomeは、ビーグレンの最高開発責任者であるDr.ブライアン・ケラーが皮膚ガンの治療のために開発した技術で、皮脂に似た成分で水溶性の有効成分をカプセルのように閉じ込めることによって皮脂膜をすり抜け、肌の奥まで成分を届けることができるテクノロジーです。
また、このカプセルは何重にも重なっており、浸透する際に少しずつ弾けて成分を放出するスローリリースと呼ばれる効果で、長時間にわたって効果を持続することが可能になりました。
Dr.ケラーは世界で初めてQuSomeを化粧品に応用し、今まで浸透させることのできなかった成分を肌の奥深くまで届けることに成功、医薬品レベルの効果を感じることのできる化粧品として、日本をはじめ世界中で愛用されています。
どんなに効果の高い成分でも、浸透しなければ効果は限定的。
ビーグレンはそんな化粧品業界の常識を覆した、肌悩み解決に特化したソリューションプロバイダーです。

佐藤製薬 USA スタッフが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト3

コロナ禍だからこそ自宅でできるお肌のお手入れをしたいものですね。そこで今回は当社女子スタッフの人気商品をランキング。製薬会社が作った信頼できる化粧品やビタミン剤で外からも中からもお肌を磨いて健康美人になりましょう。

1位 《アンチエイジング基礎化粧品シリーズ》 Excellula Power Lotion/Emulsion/Cream

乾燥しているLAではお肌の手入れはかかせません。そこで、おススメ第1位は『エクセルーラ』の化粧水。つけた瞬間からしっとりとお肌を保ってくれて保湿効果が実感できます。乳液、クリームの3点セットで使用すると更に効果を発揮。お肌を触るたびにしっとりモチモチになっている自分に嬉しさ倍増。化粧ののりも抜群に良くなり、毎日のお手入れが楽しくなります。容器も中身も新しくなったエクセルーラをぜひお試しください。

【取扱】各日系・アジア系スーパー WEB: sato-pharmaceutical.com/us/usa/
エクセルーラ日本サイト：www.excellula.jp/ ＊P14の記事もご覧ください

2位 《飲むコラーゲンサプリ》 Q10 Collagen 1本30ml 2本入り／10本入り

第2位はなんと言っても『Q10コラーゲン』。コエンザイムQ10とコラーゲン配合でお肌だけでなく、爪や髪の毛に良い、女性にとって嬉しい栄養ドリンク。ラムネのような味で飲みやすいのもお勧めです。小ぶりなボトル入りだからバッグに入れて携帯でき、外出先でも気軽に補給できます。初めての方には2個入りパックからお試しいただけます。

3位 《マルチビタミン＆ミネラル》 Vitaminen Gold 60 Tablets

第3位は『ビタミネンゴールド』。普段の食生活では不足しがちなミネラルや栄養分を配合したビタミン剤です。これから暑い夏に向けての食欲不振や肉体疲労の改善に良いだけでなく、特に女性には欠かせない鉄分やカルシウムが配合されているのでお勧めです。1日1回の飲みやすい錠剤だから抵抗なく毎日栄養補給できます。

次点 《最近ハマっている趣味》 ハーブ栽培

コロナ禍で始めたハーブの栽培。最近は室内で育てられるアエロガーデン（メーカー：AeroGarden）を購入してバジル、パセリ、ディルなどを栽培しています。水と電灯だけなので室内でも簡単に栽培できて、しかも害虫の心配がなく、カプレーゼやパスタなどの料理にフレッシュなハーブを使用できておススメです。

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 ローズ プラセンタ サプリメント

特許取得済

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

4つのバラ美容成分をゼリー状スティック1本に濃縮！
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

SIX DOWN（シックスダウン）

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 アフリカンマンゴノキ

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x30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	内蔵脂肪を減らしたい
体脂肪を減らしたい	ウエストを減らしたい
体重を減らしたい	BMI値を減らしたい

GINZA TOMATO
Web: ginza-tomato.us
Tel: 310-579-9705 E-mail: ginza-tomato@majestic-us.com
Follow us on Instagram! (ginzatomatousa)
取扱店リストはWebをご覧ください: ginza-tomato.us/pages/dealers

銀座トマト USA スタッフが選ぶ 08/20~07/21の年間ベスト2

GINZA TOMATO

20年後も美しく健康な肌を保つためには、普段のスキンケアが一番大事！ 内側からサポートするふかひれコラーゲンと外側からケアするChiecoオールインワンジェルは当社のベストセラーです。

1位 《吸収率抜群の贅沢なコラーゲンサプリ》 ふかひれコラーゲン本真珠プラス 30包 $120

体内部から整えよう！化粧品の効果がついて来ない悩みを解決したのが、この商品。今問題ないと思っているあなたも同じ。日々減少する体内のコラーゲンは肌、関節、髪などの老化の原因。だからまずは「若さ」を取り戻し、それを「保つ」事が、美肌と健康の秘訣。これのおかげで、初めて化粧品の本来の効果を知りました。日本製です。

2位 《マルチタスクのオールインワンエイジングケア》 Chieco オールインワンジェル 160ml $52

朝晩のスキンケアは面倒くさい、時間が無いと言う方には特にお勧め。これまでオールインワンジェルは物足りないと感じてましたがこれは別格、驚くほどの保湿・プルプル感。1本でここまで出来るのは本当にすごい！

日本で大人気の HOMEI ウィークリージェルが米国発売！

セルフジェルネイルの弱点をカバー
剥がせる！簡単＆艶やかなジェルネイルを実現

HOMEI Weekly Gel
詳細 / ネット販売：weeklygel.com
★日系・アジア系マーケットで販売中
★ラベスト通販（P26）でも販売中

ぶきっちょさんでも楽々 ON＆OFF できる DIY ジェルネイル

コロナ自粛期間中、ネイルサロンに通えない人はもちろん、おうち時間を有効利用したい女性たちの間で大ヒットしたのが「セルフジェルネイル」。しかし DIY ジェルは塗るのは簡単でも落とすのが超厄介。ヤスリで削ってアセトンでふやかし、無理矢理剥がして、結果、爪がボロボロ…。しかし、そんなの弱点を克服した画期的なジェルネイルが登場しました。

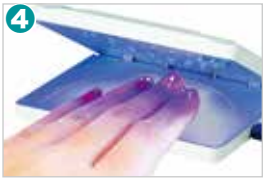
『HOMEI ウィークリージェル』なら普通のマニキュアよりも簡単にジェルネイルが楽しめます。ベースコートとカラーとトップコートが 1 本になっており、塗ったらあとは LED で固めるだけ。右写真の手順をしっかりフォローすれば 1 週間ほどキープでき、リムーバー不要でペリッと簡単に剥がせます。

さて今回は、普段からマニキュアも塗らない本誌スタッフ MK がウィークリージェルを試してみました。改めて爪を見るとカサカサで色もくすみ、爪も老けるのだな〜と実感。さっそく専用クレンザーで表面を綺麗に整えます。仕事でタイピングの時間が長いので剥がれにくくなる写真②のベースコートを使用。カラーはコーラルピンク系の PINK QUARTZ。ジェルを塗ったら、たった 30 秒で固まる LED ライト「コンパクトジェルライト 30」で硬化すれば、あっと言う間にツヤツヤの可愛らしいジェルネイルが完成。爪先が一気に若返りました！　剥離対策もバッチリ施したので 1 週間もち、触れ込み通り、ペリッと簡単に剥がせました。あまりに簡単で綺麗に仕上がり、本当に感動しました。なんだかハマってしまいそうです！

① **HOMEI ネイルクレンザー**で爪表面の油分と汚れを除去。

②**ロングキープベースジェル**を使えばジェルネイルが長持ち。

③**ウィークリージェル**を爪の先端→中央→左右の順で塗る。



④**コンパクトジェルライト 30** の LED で 30 秒で硬化。

⑤薄く塗って③〜④を 2、3 度繰り返し重ね塗り OK。完成。

④**剥がす時**は甘皮の方から爪先に向かって丁寧に。

自宅でサロン級！はがせるジェルネイル！
セルフネイルをもっと手軽に　もっと身近に　もっと楽しい時間に

HOMEI
Self Nail Decoration

Akina Minami × HOMEI
Special Collaboration

ココが違う！ POINT

- 爪にやさしい
- 簡単にはがせる
- 100+カラー
- 硬化時間30秒
- 楽々持ち運び
- 5〜7日持続！

＼ 30秒※ ／　※HOMEIコンパクトジェルライト30の場合

Step1 爪に塗る

Step2 ライトで固める

完成！

MUST HAVE ITEM

ウィークリージェル推奨LEDライト

時短＆幅広で使いやすい「コンパクトジェルライト30」

※1 ACアダプタは付属しておりません。USB対応のACアダプタか、パソコン等のUSBポートに接続して使用してください。

タイマー式硬化時間 30秒 / USBタイプ※1 / 場所をとらない超薄型 / フットネイルも使いやすい

ネイルの持ちがUP！※2

爪の油分＆汚れ除去「ネイルクレンザー」

※2 爪の油分と汚れを除去することによる密着度UPのため。ネイルの持ちは個人差あり。

アレンジアイディアはインスタでcheck!!
やり方動画はwebで検索！
WEEKLYGEL.COM
DIY WITH US
Weekly Gel®

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。

医療用有効成分浸透技術で高保湿＋エイジングケア

高級感溢れるガラス容器に入り、スキンケア効果もパワーアップした『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てきてでき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つご紹介します。

①厳選された有効成分

シリーズ全商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しています。表皮から角層、深層までそれぞれに働きかける3つの種類のヒアルロン酸や、表皮から角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

ナノ分子のミセル（集合体）に包み、医療技術を採用した「ディープデリバリーシステム」は、有効成分を角層奥まで浸透させた後、徐々に放出。これにより美肌効果の長時間持続を実現しました。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、さらに精製して不純物を除去。さらにナノ微細化された粒子で刺激を排除。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なので、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。

世界に向けてリニューアルした
Excellula（エクセルーラ）は、
肌の潜在能力を細胞レベルから研究し、
佐藤製薬が開発したスキンケアシリーズ。
製薬会社ならではの知見や技術を生かし、
独自の高濃度・高浸透処方によって、
年齢にゆるがない美しい肌へと導きます。
そのみずみずしい艶感、ハリのある感触を、
あなたの肌で感じてください。

新・エクセルーラシリーズ ラインナップ

シリーズ全商品、アルコール・パラベン・香料・合成着色料を含みません。

濃密な泡ですっきりしっとり洗顔
モイスチュアソープ＜洗顔石けん＞（80g）

高純度精製した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し、しっとり柔らかに洗い上げ、明るくなめらかで毛穴の目立ちにくい肌へ導きます。

豊かな潤いが長時間続く乳液
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。

ハリのある艶肌へ導く化粧水
パワーローション＜化粧水＞（150ml）

スーパーヒアルロン酸、高分子ヒアルロン酸、低分子ヒアルロン酸の3種のヒアルロン酸を配合。さらに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高浸透技術「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。

翌朝、ハリと艶が極まるクリーム
パワークリーム＜保湿クリーム＞（40g）

皮ふ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。

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

Excellura なじませ法の動画を YouTube でご覧いただけます！

新エクセルーラ・体験読者モニター募集！

乾燥肌やくすみなどでお悩みの方、エクセルーラを試してみませんか？
＊募集概要：上記4品を1ヶ月間使用し、肌の変化や感想をEメールで報告
＊募集人数：2名　＊応募締め切り：8/10　＊期間：8/15頃から1ヶ月間
★ lovest-la.com のトップページにある専用リンクからご応募ください。

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。

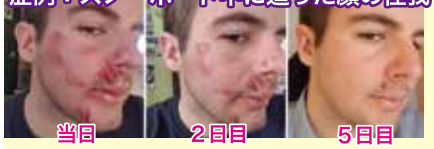
期待できる X39 の働き

＊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

症例：スノーボード中に追った顔の怪我



※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。

ビジネスセミナー開催（少人数制）

場所：Happy Square（トーランスニジヤモール内）

日時：ご希望者によって調整してお知らせ致します

月例ウエビナー
＊毎週月曜日夜 9 時
＊毎第 2 週と第 4 週の土曜日の夜 7 時
＊希望により個人ウエビナーも開催
■要予約：ウエビナー ID とパスワードをお知らせいたします

Miz - Senior Presidential Diretctor

2020 年初頭から新型コロナウィルスが発生し世界中で大きな問題になっています。多くの企業、個人店が閉鎖を余儀なくされ、仕事を失い、減給され、生活が頻拍されている状態です。

そんな中、当社は去年の売り上げが一昨年の 3 倍に上り、今年も急激に成長しています。特に日本の売り上げは全体の 3 分の 2 になり、世界 1 位です。現在、私の傘下では 7 万名が当ビジネスに携わっており、毎月 4 千名の新規参加者が出ています。近い将来は日本のウェルネスの業界で 1 位の企業になっていくと予想されています。

私が当社に携わったのは 2018 年の 8 月でした。日本の知り合い 2 人とフィリピンの知り合い 1 人に伝えたことがきっかけとなり、現在は日本は 7 万数千名、フィリピンは 7 千名の組織になりました。私個人言えば、月 $500 年金収入から現在は 7 桁の収入を得るまでになりました。それまでの 1 ベッドの小さなアパート暮らしから昨年 6 月に 4 ベッドの素晴らしい家を購入できました。このビジネスに出会わなければ未だに月 $500 の年金生活を送っていたことでしょう。

1 ベッドルームアパート
2020 年 2 月

月数百ドル～数千ドルの収入を必要とされる方は是非私たちのビジネスの説明をお聞きください。ズームで個人的に説明も可能です。世界 100 ヶ国以上に展開できます。私は現在、USA、日本、フィリピン、タイ、及び USA の韓国コミュニティーに展開中です（今年末に韓国本土にオープン予定）。

私は知り合いからの情報で開発者に会い、ビジネスを始めてすぐに日本とフィリピンに伝え、現在想像もつかなかった境遇にいます。

4 ベッドルームハウス
2020 年 3 月購入

当幹細胞活性化パッチは全ての家族に必要不可欠なものです。この素晴らしい世界唯一のパッチの恩恵とビジネスチャンスを伝えていくだけです。私が得たように皆さんの夢が叶う可能性があります。

月 2 回、日本人向けに定期的なウェビナーも行っています。また、個人的にも時間に合わせて説明いたします。興味がありましたら、ぜひ一度説明を聞いて、あなたの将来を考えてみてください。

当社は 1 Billion Dollar の売り上げを目指しております。この夢を一緒に実現する人を募っています。連絡お待ちしております。

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

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46回】なぜか太ってしまう？

6月15日からコロナによる規制もほぼ無くなり、多くの人で街も賑わうようになってきましたが、皆様にはいかがお過ごしでしょうか。私共の所にも一年以上お見えにならなかった方々がまた指圧を受けに来られるようになったり、新規のお客様も随分と増えてきましたが、少々気がかりなのは、この1～2年でずいぶんと太った方が多くみられるということです。

もともと肩こりの方はデスクワークに集中するあまり、ストレッチや体操などもほぼ無しということで、知らないうちに肥満体質に変化して行き、首の痛みや腕の痺れ、片頭痛や顎関節症に悩まされているという現実があります。

ある患者さんとアメリカ人の肥満について話していると、すべてはメーカーの作戦で、塩、砂糖、脂肪の3つが絶妙なバランスで配合され、美味しくて一度食べたらもう止められないという「依存症」になってしまうのが肥満の一番の原因だと言われていました。

そう言えばアメリカのケーキやクッキー、ソーダ類などはやたらと甘いですし、食べて満足感を得るために脂肪分も多くなっているようです。よくよく考えて見るとビタミン入りだとかカルシウム入りだとか書いてあるお菓子も、〝ジャンクフードだけど健康にもいいものですよ〟と錯覚を起こさせ、〝本当は身体に悪いんだけど〟、という罪悪感を軽減させ、ついつい止められない依存症に陥らせて行くようです。

最近ではスマホ依存症、ネット依存症などとも呼ばれる、いわゆる止められない症候群にはまり込んでる方も多く、そんな方は食事は簡単に食べられて高カロリーの物や、砂糖のいっぱい入ったソーダなどで済ませてしまう。手っ取り早く脳に満足感を与えるのはいいのですが、それが快感となりもっと食べたくなる。食べている間は嫌なことも忘れられるという、この悪循環を繰り返すことにより、人は知らないうちに太ってしまうのではないでしょうか。

食の問題をもう一度考えて見る必要がありそうです。

www.nishidashiatsu.com

気持ちイイ～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）

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6回－

人生100年時代

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）

昨年2020年、厚生労働省の発表によりますと、日本人女性の平均寿命は87・65歳、男性も80歳を超え80・93歳となりました。

これらの長寿化は予想していたことですが、データを詳しく分析すると、その方々の親の世代の1935年の平均寿命が男女とも40歳代でしたので、驚くことにご先祖様の約2倍生きたことになります。医療技術の発達により、日本人の平均寿命は、今後増々の長寿化が見込まれ、人類史上初めての人生100年時代が現実的になって来ました。

長寿化と共に、特に日本人女性の間で取り上げられる問題が、平均寿命と健康寿命（日常生活が制限されることなく生活できる期間）の12・5年のギャップです。ただ寿命を延ばすだけでなく、健康で過ごせる人生の質が、今、問われています。

健康長寿のための三位一体は、栄養、運動、活動の3つが挙げられます。日本人が忘れがちな筋肉維持のために必要なタンパク質（お肉、卵、魚、大豆等）をバランス良く摂取しながら、体力レベルに合った運動を無理なく行い、大きなことでなくても、家族や友達の身近なことからの社会貢献等の活動が必要です。

また、健康で美しく綺麗に老いを過ごすためには、筋肉維持のための筋力トレーニングは、日本人女性は必要不可欠だと私は思います。パーソナルトレーニングは敷居が高いイメージですが、生涯医療費の半分は高齢期に占められておりますので、楽しみながらキレイな身体を維持し病院知らずの身体を作って頂ければ非常に価値のあることだと思います。

人生100年時代を健康で楽しく美しく生きる為にも、先ずは体験（40ドル）でパーソナルトレーニングの効果を感じてみてはいかがでしょうか？

70代のクライアント様も頑張ってトレーニングしています！

運動嫌い、
中高年太り、歓迎

FIT BODY
パーソナルトレーニング
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
■LINE ID: fit_body ■E-MAIL: info.fit.body1@gmail.com
■WEB: tgx.vivinavi.com/fit_body
■完全予約制：月・火・木・金：7AM-6PM
水・土：7AM-1PM　日：定休日
■1ヵ月コース＄840から（体験＄40）
日本語でお気軽にお問い合わせ下さい！