

TAKE
FREE

女性を応援するフリーマガジン [ノンルージュ]

non rouge

2022 / *august* / No.208



お得なクーポンはSNSでも!

身边になった今こそ知りたい。

美容整形

痛い、怖い、高い。

そのイメージ変わります。



non rougeに掲載されている情報及び広告は、広告主および情報提供主の責任に基づいて提供、確認された内容を掲載しています。信頼できる内容を読者の皆様に提供すべく、努力はしておりますが、その内容をnon rougeが保証するものではありません。各種お申し込み・ご購入にあたっては、適用される契約条件等を、十分ご確認をお願い申し上げます。万が一、掲載情報と事実が異なる場合がありましたらご連絡ください。※解約や返金などを読者に代わって広告主と交渉することはできません。ご自身でご確認ください。

次号2022.9月号は

8月25日(木)発行予定です



04 読者プレゼント&アンケート投稿方法



Features

実は“整形大国”日本!? 身近になった今こそ知りたい

イマドキ美容整形事情

11 Naofumi Koyama presents philosophy on beauty
～美を探求する対話～14 アットコスメストアスタッフ激推し!
クレ・ド・ボーボー 実力派エイジングケアコスメ

16 non rouge読者モデルが行く! #体験レポ



18 編集部アラカワの気になるアイテム徹底リサーチ

22 ヒヌマフウフの大人のキャンプ女子はじめよう♪

24 Beauty Recipe ~生春巻き~

25 食と文化のおいしい話

26 ポイジャータロット占星術&カラー占い

よろしくね!

ノンルージュ公式マスクottキャラクター のんるん

魔法使い(修行中)の妖精。おっとりマイペースな性格で、楽しいことや新しいことが大好き!みんな仲良しくしてね☆

のんるんの可愛いLINEスタンプ販売中!

のんるん LINEスタンプ

LINEスタンプ



・シミ・肝斑・あざ

・シワ・たるみ

・毛穴・毛穴詰まり・ニキビ跡(凹み)

・いぼ・ほくろ

・くすみ・キメ・ハリ

・赤ら顔・毛細血管拡張症・赤あざ・ニキビ跡(赤)

・発毛・育毛
(頭皮・まつ毛・まゆ毛)

・医療レーザー脱毛

・腋の多汗症

・メディカルボディメイク

その他

・巻き爪治療
・ピアス(ボディピアス)

無料カウンセリング実施中



緑の森皮フ科クリニック

Advanced Dermatology and Laser Center

札幌市中央区北2条西3丁目 朝日生命札幌ビル5F
(札幌駅前通地下歩行空間5番出口すぐ)

0120-460-470

TEL.011-221-0002 FAX.011-221-0020

スマホ・携帯サイトへはこちらから▶

詳しくはこちらまで▶ <http://www.skin.or.jp/midori>

緑の森

検索

華花のメニューはボリューム満点!



中國料理 華花

人気の定番メニュー!



五目あんかけ焼きそば
980円



特製海鮮あんかけ焼きそば
1,650円



麻婆焼きそば
1,200円



サンラーあんかけ焼きそば
1,080円



海老のトマトチリソース
1,300円



八宝菜(魚介入り)
1,300円



角煮すぶた(黒酢風味甘酢ソース)
1,600円



四川風麻婆豆腐
1,000円



チャイナオムライス(甘酢ソース)
1,200円



チャーハン
1,100円



五目チャーハン(XO醤入り)
1,300円



鶏肉の唐揚げ
650円



焼き餃子(3個入)
550円



焼売(3個入)
550円



春巻(1本)
250円



ゴマ団子(2個入)
450円

*上記はメニューのほんの一部です。その他メニューについてはお問い合わせください。※お持ち帰りもできます。(汁物は除く)

ご予約・お問い合わせ



中國料理 華花 TEL.0134-61-1311

小樽市築港11番5号 ウイングベイ小樽5番街1階 営業時間:11:00~20:00(L.O.19:30)(平日:15:00~16:00休)



ウイングベイ小樽

Tel : 0134-21-5000 小樽市築港11番

<http://www.wingbay-otaru.co.jp/>

クルマ: 札樽自動車道小樽 I.C. 降車、直後、右折すぐ。

JR: 小樽築港駅直結 (連絡通路マリンロードで徒歩1分)

◆駐車場 5,000台完備 1,000円以上のご利用で駐車料金5時間無料

◆ショッピングゾーン10:00~20:00(イオン及び一部施設・店舗は異なります)

PRESENT

Present



3名様



1名様



1名様

1 映画『ジュラシック・ワールド／新たなる支配者』
オリジナル・トートバッグ

1個

現代によりがえた恐竜たちを描く「ジュラシック」シリーズ完結編、7/29(金)の公開を記念してオリジナル・トートバッグをプレゼント。

提供/東宝東和

2 イナースオーガニック
ハンドリフレッシングミスト70

1本(100mL)

アルコール70%配合のハンドミスト。たっぷりと潤いを与えるながら手指を清潔に保つことができます。ハーバルシトラスの香りで心もリフレッシュ。

提供/株式会社シー・ピー・エス

3 クレンジングジェル
ICR 3D ホットクレンズ

1本(150mL)

高い保水力の温感ジェルで毛穴の奥からメイクをオフ。しっとりとした使用感のビタミンC誘導体を配合、刺激が少ないので様々な肌質に使用可能。

提供/株式会社リー・プログループ

[プレゼント応募・読者アンケート投稿用記入用紙] (コピー可) □は回答必須項目です

ふりがな 氏名	ニックネーム		
性別 女・男	年齢	既婚・未婚	職業
住所	—	電話番号	()

ノンルージュはどこで入手しましたか?

今月号で面白かったページとその理由は?

今月号でつまらなかったページとその理由は?

表紙の印象は? (理由も簡単にお書きください)

今後取り上げてほしい特集は?

ここ2、3ヶ月の間に購入した雑誌や読んだフリーマガジンをお書きください (無ければ空白で可)。

下記から関心のあるものを選んで○をつけてください (複数回答可)。
ファッション・スキンケア・メイク・ネイル・エステ・美容室・外食・ランチ・自炊レシピ・カフェ・スイーツ・観光・ホテル・ペット・医療・貯金・芸能・その他 ()

あなたの黒歴史を教えてください(知り合いの話でもOK)。

【パソコン、携帯電話の場合】

<http://www.nonrouge.net>

【応募締め切り】

2022年8月20日必着 ※当落は発送をもってかえさせていただきます。



あなたにとって忘れない人がいたら教えてください(元恋人、恩師、街中で見かけた人など)。	ご希望のプレゼント番号
掲載店舗で行った or 行ってみたいところは?	2208non rouge

プロに聞きたい

美容整形のギモンを解消！

読者のギモン① 「プチ整形」ってなんですか？

A. プチ整形とは、「メスを使わない美容整形」と定義されることが多く、比較的手軽に行うことのできる施術を指します。例えば、糸を使用した二重術埋没法やヒアルロン酸注入、ボツリヌス注射などがあげられます。メスを使用する施術に比べてダウンタイムが少なく傷跡が残りにくいのが特徴で、仕上がりも本来のパートを活かした自然な仕上がりになります。また、メス等で「切ることに抵抗がある」「腫れや内出血ができる限りおさえたい」「自然な仕上がりにしたい」という方に適した治療方法です。

読者のギモン② 1回で効果が期待できるシワ改善施術ってありますか？

A. シワには表情ジワ・たるみジワ・乾燥ジワの3種類があります。それぞれのシワの状態に合わせた施術を選ぶことで、シワ改善効果が期待できます。

表情ジワ

表情を作る時、筋肉の動きに連動して生じるジワ。額の横、眉間、目尻、唇の周りなどにできます。加齢により表情ジワが深くなると元の状態に戻らなくなるため、予防のため治療を受ける方も増えています。

効果が期待できる施術
ボツリヌス注射

たるみジワ

たるみによってできる、ほうらい線などの深く刻まれたジワ。加齢によりコラーゲンなど、皮膚を支える組織が減り、皮膚が重力に負け垂れ下がってしまいます。

効果が期待できる施術
ヒアルロン酸注入
HIFU、糸リフト

乾燥ジワ

肌の表面にできる、ちりめん状の細かいジワ。皮膚の老化に伴って発生します。新陳代謝の衰えやバリア機能の低下、乾燥や紫外線によるダメージが主な原因です。

効果が期待できる施術
ヒアルロン酸注入

※施術は医師による診断の上、決定します。

読者のギモン③ 二重施術って色々あるけど違いがよくわからない…

A. 二重を作る施術には、大きく分けて「埋没法」「切開法」という二つの方法があります。

埋没法

埋没法は医療用の細い糸を用いて、まぶたの内側を数カ所縫い留める方法です。留める箇所数はまぶたの状態やお望みのデザインによって様々ですが2~4箇所留めることができます。

メリット:約15分~30分という短時間で施術が行える。皮膚を切らないので傷跡が目立ちにくく、腫れや痛みなどといったダウンタイムが少ない。

デメリット:時間の経過や加齢によるまぶたのたるみ、目を強く擦ることなどで、縫い留めた糸が緩んで二重幅が狭くなりラインが崩れる可能性がある。

切開法

切開法は皮膚を切開し二重まぶたを作る方法。皮膚を切開してから、まつげの内側にある「瞼板(けんばん)」という部分とまぶたの皮膚を縫い付けます。深くくっきりとした二重に憧れる方には切開法がおすすめです。

メリット:効果が半永久的に続く。まぶたが重く脂肪の厚みがある方は腫れぼったさも解消できる。

デメリット:皮膚を切開するため、埋没法と比べダウンタイムが長くかかる。個人差はあるが約1週間~10日程度は腫れが続くこともある。施術から約1週間後に抜糸を行うため、通院が必要になる。

実は“整形大国”日本！？ 身近になった今こそ知りたい

イマドキ美容整形事情

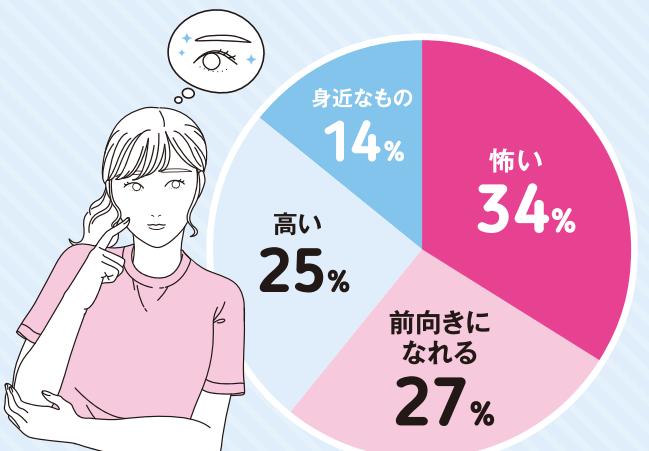
今やエステやメイクの延長のような感覚で施術を受ける人も多くなったと言われる美容整形。もしかすると「ちょっと気にはなっている…」

なんて読者の方もいるのではないでしょうか？ とはいえ、どんな施術があるかなど詳しく知っている人はそこまでいないはず。そこで今回は、品川スキンクリニックさんにお話を伺い、美容整形についての疑問を解決しました！

Q

美容整形をしたことがありますか？

以前より美容整形に対して身近なイメージが定着しているとは言ったものの、読者の中では実際に受けたことがある方はほとんどいないという結果に。費用やリスクの高さが一般的なマイナスイメージとしてよく挙がることもあるってか、気軽に踏み出せない人も多いようです。



Q

美容整形のイメージは？

美容整形の経験者こそ少ないですが、イメージとしてはポジティブな意見が多く寄せられました！ 今の時代、いわゆる「整形」はコンプレックスをなくすためのものよりも、イメージチェンジや「自分をもっと好きになるため」の手段に変わってきているんですね。

※アンケートは2022年6月、non rouge読者アンケートにて実施。有効回答者数56人。

memo

美容整形と整形外科のちがい

「美容整形」と「整形外科」は同じものと思われる方もいますが、実は全く別物ということをご存知でしたか？ 整形外科は骨や関節を扱う分野で、打撲や骨折した時などの運動機能の回復を目的としています。対する美容整形は、二重まぶたや鼻を高くする手術、脂肪吸引、シワ・シミの治療など、書いて字のごとく美容目的で行う医療のこと。「プチ整形」という言葉もあることから美容整形=整形外科と認識する人も多くいますが、実は全くの別物なのです！

整形外科

美容整形



品川スキンクリニック(提携:品川美容外科)

豊富な経験と高い技術で
美容のお悩みにお応えします。



// 確かな技術と患者様が満足できる丁寧な対応 //



小林 雅郎院長

私たちは、最高の技術と仕上がりを提供し、患者様が心から満足する結果を出すことを目指し、日々最新の技術や知識の習得に努めています。また、患者様がリラックスしてお話しできるように、医師やスタッフも明るくテキバキとしたきめ細やかな対応を心掛けています。まずはお気軽にお悩みをご相談ください。

経験豊富な院長による
お悩みに合わせた
美容医療を提供

全国に39院展開している品川スキンクリニック（提携：品川美容外科）は、今年開院34年を迎えた歴史と実績のある美容クリニックで、道内各地から老若男女問わず多くの人が訪れている。品川スキンクリニック札幌院では様々なニーズに合わせた美容医療を行なつており、スキンクリニックではありながら美容外科の治療も得意としている。

お肌のお悩みから、二重整形や溶ける糸によるリフトアップなど、行える美容医療の選択肢が豊富にあり、豊かなドクターと、全国展開をしているクリニックならではのノウハウで、一人ひとりに適した美容医療の提供が可能となっている。最近では、再生医療に使用する幹細胞を培養する際の「培養上清液」を使用した治療を取り入れた「肌質の改善」といった治療も行っており、日々のお肌のケアとして通う方も増加している。

札幌市中央区北4条西5-1

アスティ45ビル 2F

TEL.0120-891-300

<https://shinagawa-skin.com/>

ACCESS

地下鉄さっぽろ駅 徒歩3分



HP

8P掲載のタイタンは薬機法上未承認の医療機器です。医師の責任の下、個人輸入により治療を行っております。国内において承認されている機器はありません。諸外国での承認情報はありません。紫斑、火傷、神経麻痺、結節の可能性あり。

Shinagawa
Skin Clinic

理想の自分に 近づくために お悩み別美容整形

美容皮膚科専門ドクターが一人ひとりのお悩みに応えてくれる！ 品川スキンクリニックで受けられる美容整形術を紹介！

お悩み1 手軽に顔のたるみを改善したい

おすすめ施術 医療HIFU 第3世代タイタン

顔全体(額・ホホ・鼻下・アゴ・目尻・アゴ下) 660ショット 29,800円(税込)

肌表面にダメージを与えることなく、肌組織内に超音波による熱エネルギーを届け、肌を内側から引き締めるタイトニング&リフトアップ治療。熱を届ける深さが異なる3種類のカートリッジを使い分け、目の周りやフェイスライン、首などといった顔全体にアプローチが可能です。従来のHIFUと比べ、痛みは大幅に軽減され、施術時間は全顔で約20分と短時間での治療が可能です。



お悩み2 顔のシワが気になる

おすすめ施術 ボツリヌス注射

アラガン社ボツリヌス注射 眉間・額上部・額中部・目尻両側 各1ヶ所 8,530円(税込)

ボツリヌス・トキシンはタンパク質の一種で、筋肉の収縮を弱める働きがあります。額・目尻・眉間などの表情筋の影響によるシワが気になる部位に注入することで、メスを使わずにシワを目立たなくすることができます。施術時間も短時間で痛みや腫れなどのダウンタイムも少ないため、手軽に受けられるプチ整形として人気の治療です。



お悩み3 ぱっちりした目もとになりたい

おすすめ施術 二重術ナチュラル法(埋没法)

2点留め・両目 125,720円(税込)

メスを使用せず切らすに糸でまぶたを留める埋没法の二重術。糸や麻酔針を極力細くし、また結び方を工夫することで腫れを最小限に留め、自然な二重へ。糸はまぶたに埋没されるので、眼球を傷つけることなく術後にも目立ちません。痛みや腫れなどのダウンタイムを抑えたい方にオススメの二重術です。





Guest

腸活ダイエットトレーナー

長田 理絵様

北海道士別市出身。歯科助手やアパレル販売員、フライタルフォトプランナーなど様々な経歴を経て、現在の腸活ダイエットトレーナーに。「腸活ダイエットプライベートジム hachi」のオーナーで、腸もみ×ストレッチ×耳つぼで産後のボディケアや、リバウンドしない身体作りをサポート。
✉ rie8achi ✉ rieito419828(個人)

Navigator

株式会社リー・プログループ 代表取締役CEO

小山 直文

宮城県工業高校電気科卒業後、東芝エンジニアリングコンピューター部門で5年間、システムエンジニアとカスタマーエンジニアを兼務、福島第一原発、第二原発等を担当。その後、1993年に株式会社リー・プロを設立。サロン経営から始まり、美容機器、化粧品メーカーの経営者であり、トップエンジニア。

美を探求する対話

美容総合メーカー社長であり開発者として

美容業界29年の小山直文が

ゲストの美への想い、理念、こだわり…

美の哲学(philosophy on beauty)を探ります。

T
h
i
l
o
S
O
T
H
Y
O
U
R
P
L
O
U
T
Y

Naofumi Koyama presents | Vol.27

JR桑園駅
目の前

愛犬のトリミング専門店 [サロン・ド・ミッセル]

桑園駅前にオープンした犬のトリミング専門店。プロのスタッフが大切なペットのトリミングをいたします。オゾンマイクロバブルシャワーを使用すると、毛穴の奥までしっかりと汚れを落とし、臭いも残しません。

シャンプー	カット	爪きり	耳掃除	肛門線絞り込み
-------	-----	-----	-----	---------

オゾンマイクロバブルシャワー込み

チワワ(ロング)	5,000円	シーズー・マルチーズ	6,500円
M・ダックス(ロング)	5,500円	トイプードル	7,500円
パピヨン・ポメラニアン	6,000円	ゴールデンレトリバー	11,000円

オプションメニュー

[炭酸泉温浴] +1,000円
[爪切り] 1,000円
[耳掃除] 500円
[歯磨き] 500円
[薬用シャンプー] +500円~

札幌市中央区北10条西15丁目クリーンリバー桑園駅前1F
TEL (011) 632-4111
<http://www.mitchel.jp/>



天然温泉北のたまゆら内リラクゼーション

営業時間 [桑園] あさ7時～よる11時 [東苗穂] あさ8時～よる1時 [厚別] あさ8時～よる1時 [江別] あさ8時～よる1時

大人(中学生以上) 450円 小人(小学生) 140円 幼児(小学生未満) 無料
ご入浴料 全店舗 年中無休 シャンプー・ボディソープ完備

※メンテナンスのためお休みの場合があります。
※一度ロビーに出られますと、再度ご入浴料がかかります。

エヌレ天然温泉
たまゆらの杜 24時間営業
札幌市東区中沼西1条1丁目11-10
TEL 011-791-6666

年中無休

札幌市中央区北11条西16丁目1-34 札幌市東区東苗穂11条2丁目(三角点通) 札幌市厚別区大谷地東7丁目(道道札幌東張線) 江別市野幌屯田町48-1(三番通)

TEL 011-611-2683 TEL 011-790-2683 TEL 011-891-2683 TEL 011-381-2683

札幌市豊平区西岡4条3丁目7番45号

TEL 011-857-2626

24時間営業
年中無休

札幌市豊平区西岡4条3丁目7番45号

TEL 011-857-2626



アットコスメストアスタッフ激推し!

クレ・ド・ポー ボーテ

実力派

エイジングケアコスメ

Give the skin a healthy glow.

コンサントレイリュミナトゥール



自信の美顔をつくる

肌を輝かせる独自の3ステップで明るさ・均一さ・ハリを集中的に高めるセット。ローション(除去化粧水)で不要な角層を除去し、輝きを取り込むための無垢な肌に導く。美容液(医薬部外品)で内側から輝くような肌に整え、シート状マスクで肌の輝きを極める。

1セット入り・2,420円 / 6セット入り・13,200円

セット内容:ローション 3ml・エサンス 2ml・マスク上用・下用各1枚入

| staff comments |

私のご褒美マスク♥ふきとり→美容液→シートマスク(上下)の簡単3ステップでエステに行ったかのようなハリ感と明るさに☆プレゼントにもとても喜ばれます!



渡部さん

ル・セラム



肌の知性を呼び覚ます

なめらかさを極めたやわらかな肌へ導く美容液。角層細胞一つひとつの輝きを引き出すためのスキンイルミネーター^{*1}配合。乾燥による小ジワを目立たなくする^{*2}とともに、生命感に満ちたふっくらとした柔らかさを肌へもたらす。

【医薬部外品】

30ml・17,600円

50ml(レフィル)・26,950円 / 50ml・27,500円

*1 加水分解シリカ・加水分解コンキオリン・テアニン・トウキエキス・シソエキス・グリシン・グリセリン・PEG/PPG-14/7ジメチルエーテル・トレハロース
*2 効能評価試験済み

| staff comments |

30代になり頬の毛穴、目元の小じわ、肌のくすみが気になるように…(泣) 洗顔後いつもお手入れの前にル・セラムを使うと化粧水の潤い効果もUPしてふっくら明るい肌に! 容器も気分があがる素敵なデザインです。

\店舗MAP /



協力店舗

@cosme STORE TSUTAYA 札幌美しが丘店
〒004-0813 札幌市清田区美しが丘3条4丁目1-10
営業時間 10:00~20:00

肌

セラムラフエルミサンS



むような、みずみずしく輝く肌へ

瞬時にハリの手応えを感じさせる、4D^{*}ハリ美容液。ハリのある肌の見え方に着目し、ハリの印象をそこなう肌の均一感、透明感、毛穴の目立ち方にアプローチ。肌と一体化するようになじむ独自のテクスチャーが、使うたび気持ちを輝かせる。

【医薬部外品】

40g(レフィル) 32,450円(税込)

40g 33,000円(税込)

*4Dとは美しいフェイスラインの肌へ導くことに加えて、肌表面を整えた目からもハリのある印象の肌へ導く独自の考え方のことです。

| staff comments |

ピタッと密着して顔全体のリフトアップ効果が期待できるので、たるみやしわなど気になるサインが出た時にもオススメです! 塗ってすぐにハリを感じることができ、フェイスラインをスッキリした印象にしてくれる美容液です。

info



毎週土曜日は全商品5%ポイントバック!

@cosme STOREでは毎週土曜日、@cosmeポイントが5%還元となるお得なキャンペーンを実施中! 通常、お買い上げ100円(税抜)につき1ポイント貯まるところ、5ポイント(5円分)還元。貯まったポイントは1ポイント=1円分からご利用頂けます。お得な機会にぜひご来店下さい★

未

来の自分に贈りたい、眩いほどの自信と輝きを



セラムエクラS

シミが発生する根本原因に着目し、メラニン生成を抑えシミ・そばかすを防ぐ薬用美白美容液。美白有効成分アクティブ4MSK^{*}に加え、深海由来のうるおい成分をブレンドしたシーファーメントブライトナー(保湿:アルテロモナス発酵エキス、濃グリセリン)を配合。

【医薬部外品】

40ml(レフィル) 34,650円(税込)

40ml 35,200円(税込)

*4-メトキシシリチル酸カリウム塩

| staff comments |

この時期にピッタリなアイテム! 出来てしまつたシミやそばかすも、これから出てくるであろう未来のシミ、そばかすまで効果が期待できる! プラス乾燥による小じわもケア! 即実感したい方にオススメのアイテムです!



ホットヨガ体験!

前方にいる先生の指示を聞きながらポーズを真似して動いていく。他の生徒さんは充分に間隔を取り飛沫などの感染対策もバッチリ。



姿勢改善や ボディメイクに効果的 今話題のピラティスリフォーマー

オプションでピラティス専用に開発された体をリフォームするマシーンも使用可能! 本来リハビリなどにも使われておらず、ヨガと組み合わせることでよりしなやかな筋肉をつけられる効果も★



JOYFIT YOGA 札幌北24条 / TEL. 011-738-2424

◇読者特典

溶岩ヨガ1回 通常価格2,200円(税込)
→「ノンルージュ見た」で体験無料!



9月末迄有効・新規限定・他券併用不可・受付時クーポン提示



窓口で体験コース受付

事前にWEBサイトから体験のお申し込みをして、当日は窓口で体験コースを予約した旨を伝えよう。スタッフさんから簡単な説明を受けいざ、初めてのホットヨガ体験に!

ロッカールームで着替え

ヨガウエアはレンタルをしている店舗もあり、その他タオルや契約ロッカー、水素水飲み放題のオプションもあるので会社帰りなどでも手ぶらでヨガに来れちゃいます!



※感染対策に配慮し、実際は体に触れるレクチャーは行っておりません。

＼体当り取材 /
non rouge 読者モデルが行く!

#体験レポ

今回のテーマは…

溶岩ホットヨガ

今月号の読者モデル
三浦 志穂さん

39歳1児の母。2020ミセスアース
ジャパン北海道初代ファイナリスト。
現在は美容接客業にて活躍中。
Instagramアカウントはこちら→
@shihoh.02.03



今回体験させてもらったお店

JOYFIT YOGA 札幌北24条



JOY FITから生まれた“美しく健やかな心とカラダを目指す”女性専用溶岩ホットヨガ。初心者の方から上級者の方まで楽しめる豊富なプログラムで長年通うファンも多い人気店。会員種別に通い放題のコースがあるので、ライフスタイルや予算にあわせて自分のペースで続けられます。運動が苦手、時間がないけどヨガに通いたい、美活をしたい女性におすすめ! 札幌でJOYFIT YOGAの溶岩ホットヨガスタジオがあるのは北24条店だけなので要チェック!

TEL. 011-738-2424
札幌市北区北24条西4丁目3-12 第26桂和ビル2階
(営)月~木 9:00~ 土・日・祝日 9:00~19:30 (休)金曜
<https://joyfit.jp/sapporo-yoga/>



担当 藤崎 志保さん

ヨガの経験がなくても始めやすいプログラムも用意しています。溶岩ホットヨガは温泉のように体が芯から温まるので、とても気持ちいいです。まずは体験お待ちしています。



溶岩ホットヨガは初体験! 始めてすぐにじわ~っと汗が出てきて、溶岩石の効果で身体の芯からボカボカと温まっていくのを感じました。実はヨガは10年ぶりくらい。ついていけるかな、大丈夫かなと少し心配でしたが、インストラクターの方が丁寧に教えてくれたので、楽しみながら出来ました♪肩凝りがひどいのですが、肩周りがほぐれたおかげで次の日がとても楽でした。身体がスッキリ、気持ちがよかったです! やりたいです♡

素朴なギモン

Q&A



どんな効果があるの?

初心者でも大丈夫?

ダイエットにも良い?

溶岩ホットヨガとは、ミネラルを含んだマイナスイオンと遠赤外線を発生する溶岩石を敷き詰めたホットスタジオで行うヨガ。体の奥から温まり冷え性改善・内臓の活性化・代謝アップ、さらにヨガを組み合わせることで歪み・腰痛の改善など様々な効果が!

JOYFIT YOGAに通うほとんどの方はヨガが初めて。ホットスタジオが苦手な方にも「これなら出来そう」と思って頂けるプログラムをご用意。初めてでも安心です。スタッフの皆さんも親切なので、わからないことはどんどん聞いて不安を解消させましょう!

ダイエットにも良い?

ヨガのポーズでインナーマッスルを鍛えることで代謝を高め、太りにくいカラダを作ることができるのでダイエット目的の方にも◎。“燃焼発汗ヨガ”など、ボディメイクに特化したレッスンもあり、発汗の良いカラダを目指せます!

肌感 すっきりした印象 に変身



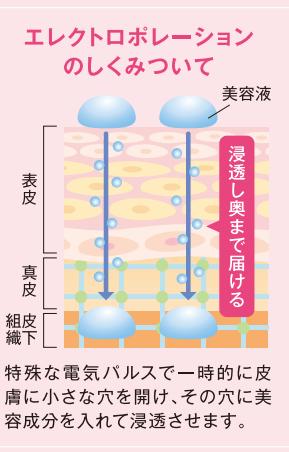
before

フェイスライン
が引き締まり、
目の高さが上
がつた!

◆頬が高く上がって
フェイスラインがすっ
きりとしました。目の
高さが上がって、
若々しくイキイキとし
た印象に変身!

after

使用感 微弱な刺激で 引き締まる!



少しピリピリする
感覚です!

▲皮膚の薄い所は少しピリピリする
けれど、効果がありそうな体感。
ヘッド部分は100%純チタンなので
肌が弱い人でも安心です!

愛用者の声



効果バツグンの美顔器!

ラジオ波、ポレーション、フォトレーション、EMSと1台4役のミニキュアは、サロンでお客様に5分試しただけで、顔がググッと引き上ります。その結果にはお客様だけでなく、サロンのスタッフもびっくりしています。サロンのメニューにも取り入れてますが、整形級の結果が自宅で得られる最強の家庭用美顔器だと思ってます。

札幌市中央区
トータルビューティー[®]
サロン アミナス
オーナー 齋藤さん



使いやすさ ★★★★★
美容液 ... ★★★★★
使用感 ... ★★★★★
肌感 ... ★★★★★

とにかく継続して使
いやすい! 使い終わ
るとキュッと引き上
がる効果を実感♪



メーカー
VOICE

これ一台で全身トリートメント 4大機能搭載の本格エステ

1. これ一台でトータル美肌ケア

4つの機能で簡単にお顔のトリートメントが可能。高純度のレンズを採用することで、お肌に優しい安定した有効波長を出力します。

- ラジオ波 リフトアップ
- エレクトロポレーション 美容液を浸透
- フォトレーション 栄養を届ける
- EMS お肌の引き締め

2. 使い続けるほどキメが整う

ミニキュアは使い続けるほど効果的。タイミングオーバーが正常になることでキメが整い、ハリや潤いのある美肌へ導いてくれます。



私も長年愛用しているファンの一人で
す! お風呂上がりのお肌をミニキュアで
ケアするのが習慣となっています。
肌が求めている成分を届けられる、
この満足感。あっという間の10分間ト
リートメントです。体感もあり実感もでき、
そして長く続けられるこだわりがいっぱい
の商品です。是非、皆様
にもご体感頂きたいです。

株式会社リー・プログループ
インストラクター 小山内さん

商品の
ご購入方法 > 株式会社リー・プログループ ☎ 0120-260-667 (受付時間 10:00 ~ 18:00 月~金曜日)
「ノンルージュを見て…」とお問い合わせください。✉ info@ree-pro.co.jp メールからのご注文も承ります

*イラストはすべてイメージです

編集部 アラカワの

気になるITEM 徹底リサーチ

雑誌やSNS、広告などの様々なメディアで取り上げられるアイテムをノンルージュ編集部スタッフが徹底調査!

今月のお悩み… むくんだフェイスラインをすっきりさせたい! /

ホームケア美容器でも
顔が変化するのか調査!



調査するアイテム
ラジオフォトレーション
ミニキュア
54,900円
(税抜価格49,910円、税4,990円)

効果は出るの? 使わ
なくなったり、肌荒れ
しないか不安…。



調査員
ノンルージュ編集部
アラカワ(34歳)
混合肌。20代の頃にスキン
ケアを怠ったせいで、30歳
を過ぎてからお肌の悩みが
増加。特に乾燥・毛穴の開
き・赤ら顔などが気になる。



見た目が可愛い♥
軽くて毎日使えそ
う&専用ポーチ付
きも嬉しいです。

見た目 …… Excellent!
重さ …… Excellent!
持ち運び …… Excellent!

美容液 スーパーヒアルロン酸 配合

美肌づくりのサポート♥/
フェイシャル用美容液
3D レインボウ
ファクター
150mL 17,600円(税込)
ベースはケイ素含有量
国内No.1の日本海岩
内海洋深層水。高保水
力の「スーパーヒアルロ
ン酸」や、高保湿成分
「γ-PGA」などの美容成
分を贅沢配合。

ボディ・バスト・スカルプ用の
専用美容液もあります。

ジェルのようなテク
スチャーが肌に密着。

丸いヘッドで細かい
パーツもあてやすい!



使いやすさ 手軽に毎日 使用できる




未経験者
大歓迎

カイロプラクティックスクール 生徒大募集!!

独立・開業したいあなたへ
基礎から実践まで
マンツーマンで丁寧に指導。
好きな時間に受講できるので、
仕事をしながらでも通うことができます。
「特定の技術を身に付けたい」
「カイロを本業にしたい」など
一人ひとりのご要望にお応え致します。

スタッフ募集

- 年齢 不問
- 職種 受付、施術補助、その他
- 勤務時間 待遇については委細面談

**カイロプラクティックスクール
100,000円**
60分×25回(25単位)
※テキスト教材費・復習代込

**1日カイロスクール
15,000円**
1日6時間(日曜開催)
※昼食代・教材費込

興味のある方は
当院までご連絡ください。


健康カイロ Green Bee(グリーン・ビー) 011・219・2155
札幌市中央区南3条西5丁目14 三条美松ビル5F 営業時間 9:00~21:00／定休日 無休 院長 平林 智樹

街頭ビジョンのオリジナル番組 道内外のゲストが出演中

**エントメ
ステーション
in
札幌ド真中**
MUSIC & MOVIE THE ENTERTAINMENT

北海道を拠点に活動している
アイドル達の番組
札幌駅前ビジョンで
毎週日曜日
17:00 ~ 17:10
放映中!

札幌駅前
de
LIVEPRO

番組放
毎日 13:15~/15:15~/17:15~/5分間放映

★札幌駅前 VISION ★ha-na-vi ★YouTube★ ※都合により放送時間や番組内容に変更が出る場合がございます。

街頭ビジョンでファンの皆様のメッセージを放映しよう!
アーティストの誕生日やお祝い事、応援など、一推しメッセージを放映します
応援広告受付けます!!

●お問い合わせ・お申込みは MEGA HP まで
<http://www.mega-vision.co.jp>


札幌駅前 vision
札幌市中央区北4西3 札幌駅前合同ビル


札幌ド真中 日の出ビル地下
地下鉄南北線 大通駅 11番出口側

WEBで視聴したい方は「[YouTube](#)」でご覧になれます

札幌ド真中 検索
エンタメURL : www.entame-st.net/

**Facebook をご覧の皆さん
いいね!も押してね!**
Facebook : www.facebook.com/ENTAMEST

●お問い合わせは
TEL.011-280-3330
株式会社メガ・コーポレーション
〒060-0042 札幌市中央区大通西6丁目10-1 大通西6ビル 6階
企画 / 運営 : 株式会社 ODA プロダクション

Reader coupon

お得なクーポン ご紹介

編集部がセレクトしたお店をお得な特典とともにご紹介!
予約時、お店に“ノルージュを見た”とお伝えください♪

気になる部位を徹底ケア! 一度の施術で見た目の変化・効果を実感!

圧倒的な技術力と、道内でも稀少マシンを取り扱う同店。スタッフはキャリア20年超えの凄腕! 体重からスッキリ落としたい人や、見た目から変化させたい人など、あらゆるお悩みを解決してくれる!



Menu

- ◇メディセル 肩こり・腰痛改善コース 40分 8,800円
- ◇美容整体40分 8,800円
- ◇姿勢・猫背矯正30分 7,700円
- ◇全身セルライトケア60分 16,500円

BODY AGING LABO MAHALO(マハロ) / TEL. 011-598-6063

◆姿勢・猫背矯正30分
7,700円→5,500円

◆ハイフ60分打ち放題
22,000円→20,000円

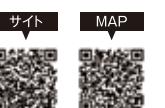

8月末迄有効
新規限定・他券
併用不可・受付
時クーポン提示

白石区/北郷

ボディエイジングラボ マハロ @njd4945y

BODY AGING LABO MAHALO(マハロ)
011-598-6063

札幌市白石区北郷8条7丁目10-15
(営)9:00~19:30
(定)日曜
<http://www.mahalo-sapporo.com/smart/>



ピューター 完全予約制 カード可 P有 女性専用 子供連れOK

「料理が楽しい!」が実感できる料理教室!

「楽しみながら料理の基本を身に付ける」をコンセプトに、定番レシピはもちろん、8月は夏にピッタリな献立が目白押し! 包丁の持ち方・食材の切り方・レシピを増やしたいなど、初心者はもちろん、誰でも気軽に通うことができる!



Menu

- ◇単発受講は空席があれば随時予約可(1回 3,300円)
- ◇コース受講生の募集は年3回(5月生・9月生・1月生)
・受講料 3か月6回まとめ払い 18,000円(税込)

料理教室ブルミエール / TEL.090-6446-0145

◆毎日のおうちごはん講座・季節の特別講座
単発受講1回 3,300円→3,000円

※8月講座に限り何度でも受講可
※詳細は公式ホームページにて


8月末迄有効
新規限定・他券
併用不可・受付
時クーポン提示

北区/麻生

@premier_sapporo

料理教室ブルミエール@麻生
090-6446-0145

札幌市北区北39条西5丁目2-12(麻生キッチンりん内)
(営)10:00~20:30※完全予約制
(予約受付時間 平日10:00~17:00)
(定)不定休
<https://0145premier.com/>
完全予約制





大人のキャンプ女子 はじめよう♪

|| Fun! ||

いま、密かにブームを迎えてい
る30・40代の「女子キャンプ」。
札幌の人気youtuberヒヌマ
フウフが初心者でも楽しめるキャ
ンプのコツをご紹介します♪

＼ナビゲーターはこちら／
ヒヌマフウフ



日沼 健太朗さん

札幌在中のYouTuberとして道内を中心に「初心者でも楽しめるキャンプ」をテーマに動画を配信中。北海道ならではの広大な景色やグルメ、夫婦のやりとりが見どころ。チャンネル登録者数は76,200人(2022年7月現在)。

＼ 今月のBEST SHOT ／

Keito takes



斧を使用した本格的な薪割りに挑戦! 徐々に上達してる♪



我が家のシマと
ツーショット♪

キャンプ後記



札幌近郊(車で約1時間)のおすすめキャ
ンプ場です。抜群のロケーションでキャ
ンプ・薪割りを体験してみては
いかがでしょうか?

キャンプ初心者夫婦の
動画配信中!



札幌市出身の夫婦で行く道内キャンプ動画を
配信中。-14℃の極寒キャンプや、羊蹄山を
一望する山キャンプのほか、おうちでごす
日常の夫婦動画にも癒されます。

@hinumafuuu @hinumafuuu



5月下旬の森林は
緑の色味が
とても鮮やか



キャンプ場近くの
菜の花畠が
とても綺麗でした

※5月下旬頃撮影

＼＼＼ お手軽100円ギア ／＼＼



まな板

100円ショップで購入。ちょうど
良いサイズで色味も◎

ヒヌマフウフおすすめ!



ガスランタン

「スノーピークノクターン」ガスランタン。
ゆらゆら揺れる炎が雰囲気抜群!



夕張郡由仁町
古山貯水池自然公園
オートキャンプ場



古山貯水池自然公園オートキャンプ場 レポート

薪割り体験ができる、さらに自分で
割った薪は使い放題! 林間サイト
は森林浴、野鳥観察が楽しめます。

＼＼＼ おすすぬポイント ／＼＼

車で5分のところにある人気温泉
「ユンニの湯」もおすすめです♪



夕張郡由仁町
古山貯水池自然公園 オートキャンプ場

夕張郡由仁町古山430 ☎ 0123-83-3979 (料)入場料: 中学
生以上1,200円、小学生600円、未就学児無料 / サイト使用料: キャ
ンピングカーサイト 2区画1,600円、カーサイト 19区画1,600円、
フリーサイト A 約15組テント・タープ各600円、フリーサイト B
約30組テント・タープ各600円 (當)チェックイン13:00~
17:00、チェックアウト11:00、ディキャンプ9:00~17:00

材料(2人分)

蕎麦	100g	山椒	適量
鴨むね肉	100g	七味唐辛子	適量
長ネギ	1/2本	ごま油	適量
三つ葉	3g	鴨だしのつゆ	1袋

＼＼＼ 我が家の大好きな
鴨だしつゆを紹介 ／＼＼



Point



鴨の脂身を熱して脂を出し、その脂で長
ねぎを焼きます。鴨肉は焼きすぎると固
くなってしまうため加熱しすぎには注意!

今月の一品

鴨南蛮そば

キャンプ場近く(長沼町道の駅)で手に入れた季節
野菜を活用しました。



今日はとうきびのおはなし／



知ればくらしがもっと豊かになる！

食と文化の おいしい話

food & culture column

Vol.
21

旬の食材や行事、食文化から見える
北海道の食の「おいしい話」を毎号お届けします。

夏はとうきびの 美味しい季節

私たちが食べるとうきび、いわゆるスイートコーンの生産量は道民なら周知のことく、北海道が日本一！ 6月から9月まで

ですね！ 北海道の夏といえばとうきび。大通公園のとうきびワゴンも冷凍から生のとうきびに変わり、遠出をする国道沿いでも「ゆでとうきび」の路面店があちらこちらで見られるのも北海道の夏の風物詩のひとつ。もちろん茹でたり焼いたりそのまま味を堪能しても美味しいとうきびですが、コーンバターなどの定番の他、生をバラバラにしてお米と一緒に炊き込む「とうきびご飯」やかき揚げのようにして揚げる「とうきび天ぷら」もとっても美味しいですね！ ちなみにとうきびの粒とひげの数は同じなのをご存知ですか？ とうきびトリビアです。

北海道の夏の風物詩 とうきび

牛の飼料になるデントコーンの栽培も北海道では多く見られます。私たちの食べるものは品種が違う飼料用のとうもろこしもあります。家畜の飼料の大半が輸入。近年北海道では飼料の自給率を上げるために「子実用とうもろこし」の取り組みを始めています。私たちが安心できる食糧は必須！ ゼビ農業王国北海道から餌まで道産国産、地産地消の畜産物が広がるといっています。私たちが手に入れるためにはやはり自分で育てる食糧は必須！ ゼビ農業王国北海

とうもろこしの 飼料用の とうもろこしも

収穫されますが、夏が一番甘味も強く美味しいくなるそうです。食欲が落ちる夏はエネルギー不足になりがちですが、とうきびはその補給となる炭水化物の他、エネルギー代謝に役立つビタミン群、またタンパク質やカルシウム、マグネシウム、食物繊維等、女性に嬉しい効能がいっぱい！ だし暑い夏を乗り切るため動物性タンパク質の摂取も忘れずに。

お話をしてくれたのは…
一瀬 美絵先生

料理教室ブルミエール代表(2018年～)。生活クラブ生協元理事。「台所から世界が見える」をモットーに一次産業を中心とした生産者と消費者を結ぶ活動に尽力。「互いの信頼関係こそが持続可能な生産と消費に繋がること」「安心できる食とは」について札幌中心とした各地で発信。

料理教室ブルミエール

受付 **090-6446-0145**

札幌市北区北39条西5丁目2-12 麻生キッチンりん内
平日 10:00～17:00(ショートメール可)
※留守番電話の場合は、メッセージをお願いします。

受講生募集中！ 詳しくはHPをご覧ください

<https://0145premier.com/>

食べてキレイに！ 身体が喜ぶ美人食 Vol.22

Beauty Recipe

旬の食材を使った、「内面からの健康・綺麗」に効果的な美食レシピをお届けします！

今月のテーマ

抗酸化作用



手作りスイートチリソースを添えて！

生春巻き

材料(2人分)

- ・ライスペーパー タレ
- 4枚 みりん 大さじ3
- ・むきエビ 4尾 酢、はちみつ
- 塩 ひとつまみ 各大さじ2
- 酒 大さじ2 豆板醤
- ・レタス 1枚 小さじ1/3
- ・もやし 1/2袋 塩 小さじ1/2
- ・にんじん 2cm
- ・紫キャベツ 1枚
- ・かいわれ大根 適量
- ・塩・こしょう 適量

◆作り方

1 鍋にエビと塩、酒を入れて熱し、色が変わったら裏返してフタをし、蒸し焼きにする。



2 レタス、キャベツ、にんじんは千切りにする。もやしはひげ根を取り。鍋にもやしとにんじん、ひたひたの水を入れて火にかける。沸騰したらザルに上げる。冷めたら野菜を混ぜて、軽く塩こしょうをして下味を付ける。



3 タレを混ぜ、鍋かレンジでひと煮立ちさせる。



4 ライスペーパーは1枚ずつさっと水をくぐらせてまな板の上に置き、彩りよく具材を置いて巻く。皿に盛り、タレを添えて完成。

Lectured by

料理教室ブルミエール
岩野 美穂 先生
毎号旬な食材と美容・健康のお悩みに合わせた料理のレシピをご紹介します。



モチモチの食感がクセになる！
ベトナムの代表的料理

Beauty Point

美容効果たっぷり！ エビのチカラ

エビに含まれているビタミンEは、女性ホルモンの生成を促す作用があり、美肌づくりに効果的な栄養素です。さらに、エビの赤色の元である天然色素アスタキサンチンは抗酸化物質の一種で、体内の活性酸素の発生を抑えたり、取り除いたりするはたらきがあります。その効力はなんとビタミンEの約1000倍！ 疲労回復のほか、免疫力アップや動脈硬化予防など体に嬉しい効果がたくさん♪ エビを上手に食事に取り入れて、サビない体づくりを始めましょう！

新料金 & PRICE DOWN



休憩 → 3時間 2,900円~ ✓深夜26時まで休憩OK

フリータイム → 4,900円~ 1部 最大13時間 6時~19時 2部 最大9時間 13時~22時

宿泊 → 15時チェックインOK ✓ MAX13時間利用OK

深夜宿泊 均一 → 5,900円均一 ✓深夜23時から適用 ※スタンダード/サービスのみ

豪華設備をオトクに利用しよう♪



ホテル アトランティス 小樽店

北海道小樽市銭函3-508-6 TEL 0134-61-5390



スマホ・ケータイからの
予約が便利です♪



*Information

カラーストーンショップ Kirolu
TEL 011-206-1660
札幌市中央区南3条西2丁目 KT三条ビル1F
営業時間 11:00~20:00
定休日 不定期
<https://www.kirolu.com/>

占ってくれたのは…

木村真夢
[mayukimura1416](#)



色彩学の講師、色彩教育・研修や
講演、医療施設のカラーアドバイス
等これまで5000名以上の方へ講義、
カウンセリングを行っている。

青木咲羅
[sakura.aoki.58](#)



北海道唯一のボイジャーマスター
ティーチャー。イベント出演やセミナー、
執筆などの活動も精力的に行い、
セラピーサロンAYURAを経営。

ボイジャータロットとは?

1985年に元コロンビア大学政治学教授 ジェームス・ワンレス博士と
アーティストのケン・ナツソノが制作した、21世紀型のオラクルカード。
自らの潜在意識に眠る“答え”を引き出すツールです。



牡羊座 Aries

【今月のカード】FORTUNE

リスクを恐れず思い切ってチャレンジする事で大きな成果を上げられる時です。安定やマンネリは逆に運気を下げます。運命の人との出会いのチャンスも。

Happy Lucky Color

レッドオレンジ:自信・解放
ブルー:誠実・学習
自分を信じて、積極的に進む力をサポート

牡牛座 Taurus

【今月のカード】DES

悪習慣や良くない人間関係を終わらせたり、ネガティブな感情やいらない物を捨てましょう。そうすることで今必要なものや本当に欲しいものが入ってきます。

Happy Lucky Color

イエロー:希望・楽天
今よりさらに輝く未来へ向上心を持って進む力をサポート

双子座 Gemini

【今月のカード】UNIVERSE

思いがけない嬉しい事がありそう。目標が定まらない時は、逆にたくさんの選択肢があると考えてみて、視点を変えてみると新しい世界が広がります。

Happy Lucky Color

ターコイズ:創造性・マイベース
洞察力と創造性を活かし、コミュニケーションを円滑にする力をサポート

蟹座 Cancer

【今月のカード】女教皇

客観的で冷静な視点を持つことが幸運を呼びます。感情的になりそうになったら一步引いて自分を眺めてみましょう。あなたの言葉で救われる人がいそう。

Happy Lucky Color

ターコイズ:創造性・マイベース
洞察力と創造性を活かし、コミュニケーションを円滑にする力をサポート

獅子座 Leo

【今月のカード】バランス

バランスを取ろうとしてすぎてバランスを崩しそう。マイベースを心がけて。運動習慣を身につけたり、食事のバランスに気をつけないと運気UPに繋がります。自分を信頼する事が大切です。

Happy Lucky Color

ブルー:直感力・人生への信頼
人と程良い距離感を保ちながら、自分独自の世界を築く力をサポート

女座 Virgo

【今月のカード】教皇

学びの多い月。興味のある事を学ぶ事もあれば、試練から学ぶ事もあるでしょう。それを乗り越えたり達成する事で自信に繋がります。自分を信頼する事が大切です。

Happy Lucky Color

イエローグリーン:穏やかさ・柔軟性
純粋な心で、人々に愛と安らぎを与える力をサポート

天秤座 Libra

【今月のカード】ラバーズ

パートナーシップにスポットが当たる月。シングルの人は素敵な出会いがあるかも。カップルは進展がありそうです。それ以外でも人と協力しあう事で新しい事が生まれます。

Happy Lucky Color

インディゴ:冷静・判断力
物事を客観的に捉え、冷静かつ正しく判断する力をサポート

射手座 Sagittarius

【今月のカード】マジシャン

今月の主役はあなたです。積極的に行動しどんどんアピールしましょう。新しい事ややりたかった事に思い切ってチャレンジすると自分の進むべき道が見えてきます。

Happy Lucky Color

レッド:情熱・行動力
マゼンタ:寛大・博愛
自分のチカラで立ち向かうエネルギーを与える力をサポート

山羊座 Capricornus

【今月のカード】吊るし人

自由に身動きが取りづらい月。行動を制限されたり、我慢を強いられるかも知れません。今月は地に足を着け明確な目標を立てましょう。頑張りを見ている人は必ずいます。

Happy Lucky Color

グリーン:平和・休息
協調性を持ち、自然な姿で安定する力をサポート

水瓶座 Aquarius

【今月のカード】デビルズブレイ

頭の中がごちゃごちゃで、何から手を付けていいかわからないかも。環境にも振り回されそうです。真剣に考え過ぎず、むしろ笑っちゃうくらいで過ごしましょう。

Happy Lucky Color

オレンジ:自由・陽気
何事にも囚われることなく、自由に楽しむ力をサポート

魚座 Pisces

【今月のカード】STAR

弱気になったり自信が持てなかつたりする時は、結果にこだわらず楽しむ事を心がけてみて。遠い存在に思える事でも、思い切って一步を踏み出すと自信を取り戻せそう。

Happy Lucky Color

セラピーサロン AYURA(アユラ)
TEL 011-741-2557
(専用電話番号) 050-6870-3782
札幌市東区北13条東7丁目5-10
ラボール東区役所前1108
<http://aoki-sakura.com/>



あなたの “はみ肉”

みられている!?

もう結果の出ないダイエットはやめて
脂肪という“着ぐるみ”脱いでみませんか??



楽やせダイエット体験コース

3,080円 税込

8月の
お申込枠
**3名様
限定**

お申込条件
**10kg
痩せたい人**

«身長153cm/40歳/女性»
 ◆体重
85.6kg▶49.2kg
 ◆体脂肪率
51%▶25.7%
 ◆ウエスト
106cm▶70cm -36cm!

医師が検証した正しい方法

食材選びのコツ

生活のちょっとした見直し

でリバウンドレスな痩せ体质に!

1.ご予約



まずはLINEかお電話でご予約を

2.体内測定



11項目の測定で体内を詳しく分析

3.カウンセリング



全身の脂肪を落とす秘訣を伝授

4.耳ツボ貼り



耳ツボを小さな粒で刺激

フレ
ゼント
ぜい肉分解



お悩みの部位を選択

BODY AGING LABO
MAHALO
[ボディ エイジング ラボ マハロ]

メディセル正規認定店

■完全予約制 ■お子様連れOK ■カードOK ■駐車場あり ■ PayPay 使えます!

TEL.011-598-6063



札幌市白石区北郷8条7丁目10-15
(営)19:00~19:30 (休)日曜日
LINE@からご予約可能 [24時間受付]
ID: @njd4945y

