

最新保存版 夏に間に合う! 速攻ビューティメンテ。119軒  
目的別・東京サロン案内。クチコミ 整体・鍼・マッサージ

# hanako

Ken Dome [magazineworld.jp/hanako/](http://magazineworld.jp/hanako/)

N° 1041

2013.5.23

[ハナコ] 550円

嵐 連載◎  
さんと一緒。  
櫻井 翔

痩せたい! きれいになりたい! 体調改善!

## 夏までに間に合う 速攻ビューティメンテ!

1カ月で  
カラダが  
変わる!

カラダのための  
最新キーワードは、これ!

美に特化した進化するヨガ  
大自然のパワーを取り込むスーパーフード  
究極のインナーケア 子宮美容  
42℃の温美容 ヒートショックプロテイン  
美と健康の基盤を作る体内リズム

実践できる!  
痩せる3大メソッド講座。

腸美容で体内デトックス  
褐色脂肪細胞で痩せスイッチオン  
続けられる低糖質ダイエット

最新サロンから定番サロンまで。  
オール2万円以下!

目的別・東京エステ案内。

BODY編 おなか痩せ/背中&肩のコリ  
すっきり美脚/ほっそり二の腕  
ヒップアップ/背中ザラつき

FACIAL編 小顔/美白/リフトアップ  
ニキビ/毛穴の汚れ

簡単おうちケアで、ラクしてキレイ!  
“ずぼら”パーツケア読本。

カラダもココロもデトックス!  
美容賢者のBEAUTY TRAVEL



街のクチコミ情報が満載!

噂のボディケア  
スクープ。

ゆがみ/整体/鍼/マッサージ  
トレーニング/ワークショップ  
ストレッチ



1.フロントは優雅な雰囲気で、心からリラックスできそう。2.丁寧なカウンセリングも名物。的確なアドバイスも参考になる。3.施術ルームも広くて快適。



夏のボディ作りは「銀座レイア」におまかせ。

## 定評高いオリジナルメソッドで理想的なボディを手に入れる!

夏までに結果を出せる  
悩み別・ボディメイク術。

夏までになんとかしたい! と思うカラダのパーツは、人それぞれ。そんな個人のリクエストに合わせて、カスタマイズしたメニューを組んでくれることでリピーターが多いサロン「レイア」なかでも、技術力の高い手技&最新マシンの力をフル活用したコースは、1回の施術でも違いが目に見えてわかるほど! そんな人気サロンから、パーソナルケアに特化した限定メニューが登場。ウエスト、ヒップ、二の腕、脚、この季節から気になるのは始める4大パーツにアプローチするスペシャルなコースを本誌スタッフが、早速体験してきました。

くびれレスの  
ずん調お腹が!



2人がかりの力強いマッサージでぐいっと余分な肉を揉みほぐす。

### メディカル スリム & ビューティー レイア

☎0120-018-232【銀座】

#### DATA

●中央区銀座8-8-5 曙栄ビル3F ☎  
11:00~21:00、日祝10:00~19:00 無休  
要予約 [www.ginza-leia.com/](http://www.ginza-leia.com/) 特典/  
「Hanakoを見た」と予約の方には掲載コースをHanako特別トライアルとして1回6300円で優待。このページで紹介する4パーツコースのうち1人1パーツ1回限り。先着30名様限定。HPにもたくさんのお得なメニューを掲載中。



4

仕上げは腹やすい体へ体質改善を促すミネラルパックで終了。



3

巧みな手の使い方にくびれを作るスペシャルウエストマッサージ。



2

オイルを使ったインドマッサージは、老廃物の排出を促すそう。



1

超音波マシンを使用。硬くなった筋肉と内臓脂肪を緩和する作用が。

## ウエスト・お腹まわり

### COURSE

くびれを実感!  
ダブルのゴッドハンドでスペシャルウエストマッサージ  
(60分 1万5750円/Hanako特別トライアル6300円)

くびれを作る2人がかりのケア。

エステティシャン2人が施すスペシャルハンドマッサージが、このサロンの「ボディメイクの秘密兵器」。これは腹部だけでなく腰やお尻に流れた余分な肉を、筋肉の形を邪魔しながらに腹部へと流すもの。1人は支え役、1人はマッサージに集中。そのパワフルさは容赦ないけど、骨や筋肉をダイレクトに感じて行うオールハンドのケアだからこそ美しいウエストを効率よくラインメイキング。

### 本誌スタッフが体験

マッサージの力はハンパなし。

トリートメントは、正直いってハード! 体側に流れた余分な肉をしっかりと揉み出しているのがわかります。施術直後実感できたウエストラインに感動。2日経った今もラインをキープ。

見た目でもわかる! 施術後にはくびれが。

ヘソ上3センチ/-3.6cm  
ヘソ中心部 /-4.3cm  
ヘソ下3センチ/-3.8cm

AFTER



BEFORE



## 脚全体

COURSE

スラリ美脚に自信！セルライト攻撃マシンと  
ゆがみ、むくみ解消マッサージ  
(60分 1万5750円 / Hanako特別トライアル6300円)



素足を出す  
自信が  
欲しいなら！

セルライトに働きかける専用マシン。

硬くなって落ちにくくなった太もものセルライト。これらをほぐすセルライトケア専門のマシンがスターバック。ローラーと強烈な吸引効果で、筋肉の深部にあるセルライトをほぐしながら、老廃物の排出やリンパの流れを促進してくれる。その後のやわらかくなった肉を理想の形へと導くのがハンドマッサージ。足先から力強くリンパを流す手技には足首や膝をキュッと引き締める美脚効果も満載。



1

まずはヒートマットで体全体を温め代謝をアップ。緊張した筋肉を緩める。



2

「スターバック」でセルライトを吸引。温めた体にはより効果的だそう。



3

足先から太ももに向かって血液循環を促進させるようにパワフルな手技。

体験MEMO

筋肉スターバックに加え、むくみを解消。

「スターバック」はセルライトが緩めれば使いやすくなる。最初は強度が必要だけど、慣れると体もほぐれ、その後のマッサージも楽に。メリハリのある手技は足首や膝裏などをしっかり刺激し、むくみがとれ、すっきりした体。

ふくらはぎ  
-1.7cm

## 背中・肩・二の腕

COURSE

上半身が360度スッキリ！  
筋肉運動&ミネラルパックでラクちんコース  
(60分 1万2600円 / Hanako特別トライアル6300円)



ノースリーブが  
着られない！

筋肉運動&毒素排出のパックのW効果。

気になる二の腕の贅肉には、低・中・高の3つの周波電気を同時に出力できる最新のEMSマシンを使用。これは脂肪を落としたい箇所にピンポイントで使えるうえ、体中の気になる箇所をサイズダウンするためにオーダーメニューが相乗効果も魅力。また盛り上がった肩や背中には疲労物質を排出させる作用があるというミネラルパックを。筋肉運動とデトックス、Wの効果をものぞめる内容もうれしい限り。



1

マッサージの後、二の腕裏のたるんだ肉にEMSを当て集中的に筋肉運動させる。



2

1の間に背中には毒素を吸着する作用があるデトックスラベンダーパックを。



3

最後は背中や肩甲骨を除去するスクラブで丁寧にマッサージ&洗浄。

体験MEMO

二の腕運動と背中美白ケアが同時に！

これぞ極上のケア。EMSは思ったより振動が強烈で、外した後も筋肉運動をしている感覚が残るほど。けれど背中のパックは温かいし、スクラブも気持ちいい。引き締めるはもちろん、美肌作りにもぴったりなコースともいえる。

二の腕  
-1.1cm

## 太もも・ヒップ

COURSE

上向きヒップに感激！  
専用石膏パックとぐいっと引上げマッサージ  
(60分 1万5750円 / Hanako特別トライアル6300円)



気づけば  
おばさん  
シルエット！

後ろ姿年齢を即座に若返らせる石膏パック。

固まわりについた頑固な贅肉をマッサージでしっかりとほぐし、美しいS字形の背中を作るのがヒップアップの基本。山を作るような独特のマッサージだけでも、お尻と太ももにラインが！これをしっかりとキープさせるのが看板の石膏パック。発熱しながらお尻を引き締めつつ、美容液の浸透を促す。コルセットのように形を整えるのはもちろん、肌まできれいになる点も魅力的。



1

硬まった脂肪や筋肉をやわらかくするため、まず肩から腰にかけてほぐしていく。



2

ハリを作る美容液を塗り、石膏でお尻全体をパック。美容液を浸透させる。



3

次は太ももからお尻の肉を持ち上げるようにヒップを作るマッサージへ。

体験MEMO

温かい石膏パックで透明感のあるお尻に。

結構パワフルでリズムカルなヒップマッサージだけど、慣れると気持ちよく、お尻も肩甲骨に凝っているんだな〜と実感。石膏パックは温かくて気持ちいいし、ハリを出す美容液のおかげで、終了後は自分でも知らなかった雪白ヒップに！

太もも  
-2.1cm