

大人でガール、
あの人の

効き目が顔に出ています！ 有名人、モデル、業界人、読者の若さキープの習慣大公開！

効いてる！アンチエイジング法BEST3!!

ステキに美しく歳を重ねるために、有名人、美容のプロ、読者が本当に実践しているアンチエイジング法をベスト3形式で大公開！ コスメから

食べ物、サロンまで全方位的にケアしています。効果はみんなが保証しています！

雑誌/美容情報誌、美容雑誌2000-2015、読者誌、美容情報誌
発行/文芸春秋社、編集長/山本由紀子、発行所/文芸春秋社



Best 1

ikiの
ヨガレッスン

ヨガで呼吸機能が
高まって若い頃の
体に戻った!

「三浦先生のパーソナルレッスンに週1回通っています。元々体型維持が目的でしたが、呼吸などの機能が高まり、新陳代謝や免疫力がアップして、若い頃の体に近づきました!」



DATA iki @東京都港区麻布台1-1の20 ☎03-6272-5151 @11:00~23:00 (最終受付21:00) @水曜 自然治癒力に働きかけ、オリジナルトリートメントなどにより、体をメンテナンス。ヨガなどを学べるボディワークのプライベートレッスンは60分¥10,500~。

あおいクリニック銀座院長

中野あおいさん

3大ケアで

内からも外からも若返り!

外からのケア、インナーケア、ボディトレーニングの3本柱が基本! 体型維持や美肌ケアのために、サロンにも頼ります。スキンケアメニューは定期的に受けています♥



Best 2

あおいクリニック銀座の
ダブル・メソスキン

薬剤カクテル効果で
理想の発光肌が
叶います!

「月に1~2回は受けています。若返りに有効なエキスを肌へ注入することで、細胞から生まれ変わったように♥ これを始めてから、キレイになったとホメられることが増えました!」



DATA あおいクリニック銀座 @東京都中央区銀座5の5の13 坂ロビル5F ☎03-3569-0686 @10:00~19:00 @水曜・日曜・祝日 カウンセリングをもとに、患者様の美と若さをサポートできるメニューを提案。ダブル・メソスキンは50分 ¥189,000 (初回トライアル)

Best 3

サンタ・マリア・
ノヴェッラのバスソルト

お風呂で汗をかいて
体内の毒素を
しっかり出さる!

「入浴は代謝を高めて汗をかくのが最大の目的! このバスソルトは発汗作用も高く、老廃物をしっかり排出できます。ザクロ入りなので、入浴後はお肌がスベスベになって一石二鳥です!」



高貴な香りで
至福のバスタイム

お肌をしっかりと保湿。ザクロの香りを残します。バスソルト ザクロ 500g ¥6,300 / サンタ・マリア・ノヴェッラ