

Plumage
 <ブリュマージュ>
 Tel. 0465-47-2308
 小田原市鴨宮258-3
 鴨宮ガーデンヒルズ1F
 営業時間 11:00~20:00
 定休日 月曜日
 駐車場 有
 要予約
<http://www.le-plumage.com/>

最強コースで 春の美肌作り
 シワやたるみの効果はもちろん！
 透明感のある潤い肌を実感できます☆
潤い美肌コース
 フレッシュな酸素を肌に与えることで、
 瞬時エネルギーを補給し
 輝きに包まれた美肌が実現！
**お肌も深呼吸☆酸素の力で
 肌老化や乾燥しらずのうるつやな肌に**
 一気に潤いが奪われるこの季節は、代謝機能低下により
 肌のツヤが失われハリも少なくなります。
 老化の元になる乾燥で後悔する前にお肌にダイレクトに
 酸素を供給します。
お試し ¥5,400 (税込)
そのシミ 諦めていませんか？
シミケアコース
 低周波を使用し、
 薄くしたいシミの箇所を
 ダイレクトにケアしていきます。
 諦めていたシミを改善、
 明るい肌へと生まれ変わります。
お試し ¥7,560 (税込)

ゲンキノモト Body Care Labo
 小田原店
 ボディーケア・エステティック・巻き爪ケア
 Tel. 0465-48-1009
 小田原市前川155-1 JUNES小田原103
 お電話でのご予約が確実です
 営業時間 10:00 (受付開始9:30) ~ 20:00
 定休日 水曜日
 駐車場 有
<http://www.genkinomoto.co.jp/>
<http://www.0465.net/omise/genki/>

ANGE読者様限定
炭酸泉ヘッドスパ
 マッサージシャンプー・
 炭酸泉のかけ流し
40分 ¥5,200
初回のみ ¥3,000
 ストレス解消・リフレッシュにぴったり!!
 (個室でゆったり)
フェイシャル
 お試しコース
20分 ¥1,800
40分 ¥4,800
60分 ¥7,200
初めて 来店の方に!
ハンドマッサージ (15分 通常¥1,000) をプレゼント!
 必ずご予約の際にお申し付けください
<通常メニュー> お辛いところを中心に、しっかりケア!
20分 ¥2,000 **60分 ¥5,700** **足ツボ**
40分 ¥3,800 **80分 ¥7,600** **¥3,000**
足のお悩みはありませんか?
フットケア 40分 ¥6,000 (角質・ウオノメ・タコ)
巻き爪ケア ¥3,000 (1本につき) + 技術料 ¥2,000
マタニティマッサージ・セットコース等々 詳しくは0465.net

今年の春は輝く私へ生まれ変わる
ANGE特別 Menu
顔の筋活を実現した究極エイジングケア
小顔フェイスビートダンス体験コース
初回限定特別価格 ¥12,960 → ¥5,400 (税込)
 《所要時間肌診断チェック含む120分》
 デコルテリンジング→プラントマスク→フェイシャルマッサージ
 →フェイスビートダンス→ロングネックマッサージ→ヒアルロン酸+セラミドパック
 たるみ、小顔、フェイスラインが気になる方へ
 表情筋は約30種類ありますが、日常生活では、約30%しか使われていないとい
 われています。フェイスビートダンスはサイクロン動態波により、深層表情筋を最大限
 に動かすことで、表情筋を100%動かし、鍛えることができます。
 表情が豊かになり、魅力的な印象を与えてくれます。
ANGE特別 Menu
セル脂肪を撃退!
Body
スターバック 今なら水素浴 無料特典付き!
体験コース
¥12,960 → ¥3,240 (税込)
 《カウンセリング込120分》
 カッピングとローラー施術で
 凸凹脂肪を撃退&リンパの流れを促進し、脂肪燃焼!
 全身スリミングコース
クリニカルエステイズ Tel.0465-46-1730
 小田原市中里208 ダイナシティウエストモール4F 定休日/ダイナシティ休館日に準ずる 駐車場/有
<http://www.e-s.co.jp/salon/east04/> **スタッフ募集中!**
 営業時間
 平日 10:00~20:00
 土 10:00~19:00
 日 10:00~18:00
ANGEクーポン 有効期限: 2017.4.25
ANGE特別メニュー
 フェイシャル・ボディお選びいただき
 こちらのクーポンをご持参ください

Face Beauty Salon ベティアンドポータ
 こだわりのたっぷりカウンセリング・
 丁寧な施術・安心のアフターケア。
 お顔をトータルで施術とアドバイス出来るサロンです♪
本気の人 限定
 シミ・シワの改善に
 体験フェイシャル
¥3,000
 ※勧誘は一切致しません。
 期間限定 2017年4月末迄
十数年の 技術と知識
 フェイスビューティの
 スペシャリストによる
究極のまつ毛エクステ
 基本料金 ¥2,000
 プラス 1本¥50~
完全予約制(当日可)
0465-27-3959
 営業 9:00~最終入店20:00
 火曜定休・駐車場有
 WEB → betty-j.com
 小田原駅 東口 東通り
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F
 ベティ&ポータ
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F
 小田原駅 東口 東通り
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F
 ベティ&ポータ
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F
 小田原駅 東口 東通り
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F
 ベティ&ポータ
 小田原市栄町3-10-11
 開通小田原ビル2F

whitence
 歯の色で
 こんなに印象が
 変わっちゃう?!

新規の方 限定
3月のキャンペーン 2017年3月まで
ベーシックホワイトニング 通常8,000円(税抜)
 をお受けいただいた方に...
約4,000円分の特典無料進呈!!
 ①色戻り防止コーティング (通常1,000円/税抜)
 ②着色汚れ落とし (通常1,000円/税抜)
 ③次回以降ご利用いただける2,000円ギフト券
1回の施術で平均2~3段階のトーンアップを目指します
 個人差はありますが、1回で「明るくなった」という実感を得られる方がほとんどです。
 人から「歯がキレイ」と言ってもらえる白さ 日本人の平均的な歯の色
ホワイトニングは「あなたの歯」
 そのものを削らずに白くする施術です。
 クリーニングやエステサロンのセルフホワイト
 ニングは歯の表面の「汚れ」を落とします。当院の
 ホワイトニングは加齢などにより黄ばんでしま
 った歯の色素を分解し白くします。
ナオキ歯科 デンタルケアグッズ
 プレゼント中!!
ホワイトエッセンス小田原富水
Tel.0465-39-3332
 小田原市堀之内201-4 (セブンイレブン 富水店向かい)
 診療時間 平日/10:00~19:00・土曜/9:30~18:00
 休 診 日 木曜・日曜・祝日
 予約優先 カウンセリング無料
 完全個室型 女性セラピスト
 写真イメージです
 万が一白さに変化がなければ
お支払い金額を全額返金いたします
 全額返金は過去にホワイトニングを経験されていない方で
 ホワイトエッセンス初回来院時に限ります。

ANGE特別講座
ゲンキノモト
 Body Care Labo 小田原店
吉川先生に 聞きまして!
Vol.25
**ストレートネックに
 なっていませんか?**
 吉川朝子先生
 正常な首の形は、前側に緩くカーブしてい
 ます。このカーブには、頭の重さや体が受ける
 衝撃を分散させて和らげる役目があり
 ます。
 このカーブが少なく、真っ直ぐになっ
 った状態を「ストレートネック」とい
 います。
 この原因として代表的なものは、デスク
 ワークやスマホの操作
 等による慢性的なうつ
 むき姿勢です。読書や
 手芸が好きな方も熱
 中しやすいので要注意
 です!
 首の付け根にいつも負
 担がかかってしまうの
 で、肩凝り・首痛・頭
 痛・手のしびれ等に悩
 まされる方も多いと思
 います。
 猫背になって顔を突き
 出すような姿勢は見た
 目にも格好悪いので改
 善していきましょう!

ストレッチ
 うつむき姿勢が続く時は
 合間に上を向くなどの
 ストレッチをしましょう。
 ストレッチをしても
 またすぐに戻ってしまうの
 で、日頃から姿勢を
 意識することを忘れずに!

チェック
 壁に、肩・お尻・かか
 とをくっつけて立っ
 た時に後頭部もくっ
 つきますか?
 後頭部が浮いてい
 たら、ストレートネッ
 クの可能性あり!

ストレッチ
 姿勢を正して
 肩の力を抜く
 1
 2
 3
 4
 5
 6
 その状態のまま、両腕を横に広げる。
 縮まっている胸の筋肉を
 広げましょう。
 このポーズも!
 うつ伏せから
 ゆっくり上体を起こしていき
 痛くないところで起こしたら3回深呼吸。