

# Poco'ce

ちょっと幸せが見つかる。

Take Free

7

2012 July

ポコチェ Vol.109

毎月25日発行

<http://www.pococe.com>

Cover Interview

中川翔子

Interview with

Crystal Kay

あなたの女磨きを応援

大人の女子力  
向上ガイド

Beauty Express

真夏の美容は油断大敵…  
みんなの失敗談

姿勢美人が一番きれい!

Re:Body しませんか?

最旬News!

Attensione

結婚準備進んで?

素敵な花嫁のブライダル情報

*Matrimonio Felice*

新連載 スピリチュアルかあさん

一番ワクワクする季節到来!

この夏、どうする?

アンケートに答えて  
素敵なプレゼントをゲット!

## 下半身集中ダイエット& 骨盤矯正の魔法のベルト ラクナール

99%が実感! 下半身3ヶ所のぜい肉にアプローチする毎日5分のエクササイズ。驚異の補正力をもつシェイプアップベルトで、お腹を圧迫せずに骨盤も調整。ラクナールの実力をあなたも是非体感して。



ラクナール 9,800円(送料込み)  
ポコチェ読者限定 先着30名様 7日間無料お試しキャンペーン  
はがきに住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記の上、  
左記住所「ポコチェお試しキャンペーン係」宛にご応募ください

ジェイ・ワン・プロダクツ(株)  
大阪市淀川区宮原 2-14-4 MF 新大阪 7F  
<http://www.jone.biz/>

## NY生まれのボディワーク でつくる美ボディ

### Studio Leaf

“ダンサーのためのヨガ”ジャイロキネシスで強くなやかな身体へ! 円やらせんを描く動きはストレッチ効果も高く、肩こり・腰痛の軽減、姿勢の改善、冷え性や便秘に悩む方にもピッタリ!



定員7名様 完全予約制  
火 19:30~20:30

梅ヶ丘スタジオもあり  
土 11:30~12:45  
原宿・市ヶ谷でも不定期  
クラス開催中!

スタジオ リーフ 090-8510-5409  
中央区 築地 3-11-6 築地スクエアビル 9F  
905 (studio pont marie)  
[studio\\_leaf@hotmail.co.jp](mailto:studio_leaf@hotmail.co.jp)  
<http://ameblo.jp/studio-leaf/>



情熱的な音楽に自己を表現するアルゼンチンタンゴ。一見、難しいダンスに見えますが、運動や音楽が苦手な人でも簡単に踊れます

## アルゼンチンタンゴで女を磨こう!

### Studio TANGUERA

アルゼンチンタンゴは、男女が創りだすエレガントなペアダンスです。リラックスして踊るので、自然と姿勢が美しくなり、体幹部が鍛えられて腰回りや脚がシェイプアップ。憧れのピンヒールで美しく歩けるようになります。踊っているうちに女性としての自信や誇りが生まれ、異性へのマナーも身につきます。タンゴを踊ってキレイになり、心身ともに自分を磨こう!



タンゴの本場・ブエノスアイレスの香り漂うエレガントなスタジオ

Menu	
体験レッスン	1,000円
水 19:00~	※スケジュールの
金 19:00~	変更・休講等ある
土 14:00~	為事前にご確認を

スタジオ タンゲラ  
03-3547-6190  
中央区銀座6-13-7  
同郷会館ビル 6F  
<http://studio-tanguera.com/>



## 全身の美容矯正で身体の歪みを解消 根本から美しい理想のあなたへ

### Green Lagoon

某スポーツジム内サロンで美容矯正・リフレクソロジーなどを実践してきたオーナーが、自宅マンションの一室に作った女性専用のプライベートサロン。そこはまるで、親しい友人の家のように肩の凝らない空間。芳しい香りが広がる癒しに満ちたお部屋で、高度な技術と本格設備による施術を堪能させてもらえます。中でも人気の美容矯正「全身トータルバランス」と「全身スペシャルケア」では、顔だけでなく全身のバランスを整えることで歪みの原因を取り除き、スッキリとした小顔へ。たっぷり時間をかけて内面から体を整えるので、お肌もピチピチモチモチに♪ 頼れるサロンとしてプライダアルエステに利用する方も大勢います。その上、呼吸を合わせたソフトな手技は眠ってしまうほどの心地よさ。オーナー手作りの寒天ゼリーも好評です♪

042-379-1554 (完全予約制)  
※施術中は電話対応ができませんため、  
お問い合わせはメールにて、[info@greenlagoon.jp](mailto:info@greenlagoon.jp)  
国 福城市大丸 ※個人宅のため、ご予約の方には  
FAX かメールで詳細を連絡  
国 平日 10:30 ~ 21:00、土 13:00 ~ 18:00  
日 11:00 ~ 16:30 固不定休  
国 京王相模原線福城駅より徒歩 8分ほか  
※専用駐車場あり <http://www.greenlagoon.jp>



1. 骨格矯正と筋肉筋膜矯正を独自に組み合わせた施術で、骨盤の歪みやむくみを解消。女性らしいボディラインをつくります 2. 頭、顔の骨格、目や鼻の細部まで施術するシンメトリー整顔。頬、フェイスラインのたるみや老け顔を解消し、自分本来の顔を取り戻します 3. クラフトオーバーフィットケアで、足の疲れやむくみを解消。足の矯正により、顔の歪みも改善されます

Menu	
● Bコース 全身トータルバランス 120分	初回 17,000円
(シンメトリー整顔、オイル骨格セラピー、 手根骨矯正、クラフトオーバーフィットケア)	(2回目以降 15,000円)
● Dコース 全身スペシャルケア 90分	初回 15,000円
(オイル骨格セラピー、内臓矯正、 シンメトリー整顔)	(2回目以降 13,000円)
	120分 初回 17,000円
	(2回目以降 15,000円)

※リピートして下さる方を優先した料金設定となっております

4. お身体の施術は、すべて足首、股関節のストレッチからはじまります  
5. 上質な天然素材から抽出されたナチュラルオイルを使用。その時の体調にあわせて最適なものを使用します  
6. 今年8周年を迎える1日2名限定の完全プライベートサロン。あまりの心地よさに眠ってしまうゲストも多い

