

新商品情報をお届けする”美”のフリーペーパー

設置エリア：表参道・原宿・自由が丘・渋谷・三軒茶屋・駒澤大学・桜新町  
・用賀二子玉川・恵比寿・中目黒・祐天寺・旗の台・学芸大学・代官山 他

美容室・サロン設置：610店舗 (2023.1)

脳から美しくなる情報誌

# 美にBE

Cover Girl  
Secret School

2023.2-2023.4

vol.34



今注目を集めて  
いるフィッシュ  
ユコラーゲン  
って何?

## ドキドキ♡させる 透明感のある肌

スキンケアやメイクで理想に近づこう

映えドリンク「バタフライピー」その正体  
エステに行かずに自宅でボディリートメント  
美容にも嬉しいサウナ入門

冬季おすすめ乳酸菌食品ランキング3  
ホッとひととき☆休憩で何を飲んでいいますか?

肌のキメを整える  
3つの方法

腸内細菌  
代表的な3つの分類



## 腸内細菌 代表的な 3 つの分類

腸内には多様な細菌が花畑のように棲みついており、その様子から『腸内フローラ』と呼ばれます。腸内細菌は主に善玉菌・悪玉菌・日和見菌(ひよりみきん)の3つに分類されています。

### 善玉菌

ビタミンの合成、消化吸収の補助、感染防御、免疫刺激。ビフィズス菌、乳酸菌が代表的な菌。

#### ▶腸内細菌は加齢とともに変化する

母乳を飲んでいて母乳中の乳糖やガラクトオリゴ糖を栄養源として、ビフィズス菌が増殖していきます。赤ちゃんの便が黄色く臭いが少ないのはビフィズス菌優位の腸内環境になっているからなのだそうです。そして加齢とともに腸内の細菌群は変化し、少しずつ悪玉菌の割合が増えてきます。善玉菌・悪玉菌・日和見菌のバランスは体調や年齢によってバランスが変わりますが、普段の食生活から善玉菌優位の腸環境を目指したいですね!

### 悪玉菌

腸内腐敗、細菌毒素の産生、発ガン物質の産生、ガス発生。ブドウ球菌、ウェルシュ菌、大腸菌(有毒株)など。

### 日和見菌

からだが強ったりすると、腸内で悪い働きをする菌。バクテロイデス、大腸菌(無毒株)など。



## 「RF28 INNER SKIN ビューティフローラサプリメント」発売中

株式会社桃谷順天館の『RF28(アールエフニジュウハチ)』は、年齢を重ねても肌がきれいな人が持つ「腸内フローラ」に着目し、美活力を高める「美活菌」を増やす独自成分や、美の土台を支える成分を贅沢に配合した新発想のインナーケアアイテム「RF28 INNER SKIN ビューティフローラサプリメント」を販売しております。

### ▶「腸内フローラ」へのアプローチ

年齢や環境に左右されない健やかな美しさを保つためには、「腸内フローラ」へのアプローチが欠かせないといわれています。RF28ではその中でも特にキレイの素となる美活菌に着目し、複合成分「フローラコントロールISR」(特許出願中)を新しく開発。さらに、内側のリズムやバランスを整える成分も加えた3つのメソッドで、ゆらぎがちな女性の美と健康に多角的にアプローチします。



RF28 INNER SKIN  
ビューティフローラサプリメント  
1箱(3,000mg×28包)  
6,480円(税込) 1日摂取量:1包

### 3つのアプローチ

- ① 美活菌を増やす
- ② 腸内環境を整える
- ③ 美容成分をプラス

RF28



# 春が来る前にメンテナンス開始!

## 冬季おすすめ乳酸菌食品 ランキング3



善玉菌の代表格「乳酸菌」。乳酸菌を含む食品は世界中に存在しています。今年は毎日のリズムをコントロールするために食生活に乳酸菌を意識して取り入れてみませんか?編集部がオススメする乳酸菌を多く含む食品をセレクト!



### ぬか漬け

1gの中に1億個もの乳酸菌が存在するといわれ、自宅で簡単にトライでき、野菜不足対策にもなります!



### 発酵ピクルス

塩水に好きな野菜を漬け込むだけ♪ラディッシュのピクルスは赤く染まった液をドレッシングに使うと◎



### 甘酒

飲む点滴と話題になった甘酒。冬のお出かけではよく見かけるメニュー。体も温まり乳酸菌もチャージ☆

### ▶Point!!

自分でぬか漬けや発酵ピクルスを作る場合

- ① 新鮮な野菜を選ぶ
  - ② 苦味の強い野菜はゆでる
- なるべく新鮮な野菜を使うことと、芽キャベツやみょうがのような苦味が出てしまうものは軽くゆでるのがオススメです。参考してみてください!!

## 製薬会社のサプリメントブランドから乳酸菌配合「ラクトノエル」発売中!

医薬品の研究開発から製造・販売までを行う複合型医薬品企業の株式会社富士薬品は、健康づくりをサポートするサプリメントブランド「Laforth(ラフォース)」のベースシリーズとして、健康の土台となる栄養成分に着目したサプリメント「ラクトノエル」(栄養補助食品)を配置販売および富士薬品公式オンラインショップで発売中です。ヨーグルトや納豆などの馴染み深い食品に含まれる成分に着目し「乳酸菌を毎日手軽に」をコンセプトに開発されました。

### 「引き出す」と「整える」に着目したサプリメント

ビフィズス菌・乳酸菌のダブル配合で健康的な毎日をサポート!

- ビフィズス菌(ビフィズス菌®KMHO01)と乳酸菌(クリスバタス菌KT-11)のダブル善玉菌を配合。「ビフィズス菌®」は株式会社キティーの登録商標です。
- 納豆のネバネバの主成分ポリグルタミン酸を配合。



ラクトノエル  
90粒:30日分  
3,024円(税込)

富士薬品

製薬会社のサプリメント  
ラフォース  
Laforth  
Last forever health

◆ 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。



## 今注目を集めている「フィッシュコラーゲン」って何?

コラーゲンは大きく分けて、動物由来と魚由来の2種類があります。うち、魚由来のコラーゲンは『フィッシュコラーゲン』とも呼ばれ美容に敏感な方を中心に注目を集めています。



### 🐟 そもそもコラーゲンとは

たんぱく質の1種で、私たちのカラダを作っているたんぱく質の約30%がコラーゲンとされています。さらに皮膚の約70%はコラーゲンが占めており、他にも骨や血管などに多く含まれています。



### 🐟 魚由来コラーゲンの人気のワケ

美容で人気のコラーゲンは、もともと動物由来のものが主流でしたが、SDGsの観点や吸収率が高いといった理由から、魚由来コラーゲンの人気が高まっているようです。

フィッシュコラーゲンは、セラピア、イズミダイなどの皮やうろこが原料として使われています。

## 限りなく無味無臭を実現した『極セレクトコラーゲン』新発売

日本新薬株式会社は、風味、品質、機能性に徹底的にこだわった粉末タイプの『極(きわみ)セレクトコラーゲン』を2022年11月7日(月)に発売いたしました。コラーゲン特有の風味を極限まで低減し限りなく無味無臭にこだわりました。品質は魚由来原料、国内製造、無添加・無香料、純度100%を実現し、機能性は吸収性を考えた低分子で、さらに溶けやすさも追求しました。『極セレクトコラーゲン』はお客様の多様なニーズに応える商品として完成させました。



極(きわみ)セレクト  
コラーゲン (100g) 1袋  
1,390円(税込)

純度100%のプレミアムなフィッシュコラーゲン  
さっと溶けて使いやすく美味しいコラーゲン生活をサポート

1. 限りなく無味無臭
2. 高純度のフィッシュコラーゲン
3. 安全・安心の国内製造
4. さっと溶けて使いやすい
5. 吸収性を考えた低分子コラーゲン

特長

日本新薬



[PR]

腔弛緩、尿失禁、加齢とともに感じる  
乾燥腔や性交痛にも

## “体の内面からきれいになれる新しい女性医療” 日本初導入!本格腔リジュビネーション(腔HIFU)「Gold Ultra Vera」



患者様お一人お一人の美容に関するお悩みへ寄り添い  
無理のない自然な美しさをご提供する  
美容皮膚科・美容婦人科・美容外科クリニック



東京美容クリニック 表参道本院  
東京都港区南青山3-18-17 エイジービル6階  
電話番号:03-6434-7447

美容医療専門クリニック「東京美容クリニック」は、「東京美容クリニック表参道本院」にて患者様のお悩みに多い【腔の緩み】【尿もれ】【性交痛】などに即効性ある施術を展開するべく本格的なフェムキュア治療を実現する最先端腔HIFU「Gold Ultra Vera」を日本で初めて導入いたしました。第二の顔とも言われるデリケートゾーンを整え「体の内側からきれいになれる、新しい女性医療」の実現に多くの期待が寄せられるのではと考えています。

### 【Gold Ultra Vera(ゴールドウルトラヴェラ)とは】

婦人科業界初の「HIFU」(高密度焦点式超音波治療法)を利用した新しい腔縮小用医療機器です。このHIFUシステムは、腔内にハンドピースを挿入し、粘膜表面にダメージを与えることなく筋層まで超音波が到達、安全な治療を可能とした腔リジュビネーションの新しいトレンドです。従来の婦人科形成のようにメスを入れることもなく痛みもないので、麻酔不要、ダウンタイムも極めて短い革新的な治療です。コラーゲン生成のメカニズムで治療後3週間からコラーゲンの再生が始まり、約半年~1年間効果が持続します。



「表参道本院」  
理事長・山村菜実医師



東京美容クリニック 銀座院  
東京都中央区銀座4丁目3-5 銀座A Hビル 4階  
電話番号:03-6263-2413

診察時間:10:00~19:00(最終受付18:00)  
休診日:不定休



# アイドルみたいに崩れない『前髪』はどうやったら作れるのか

くるんとした前髪は女子のあこがれ♪反面、崩れてしまうとテンションがダダ下がりになってしまう部分。今回表紙に登場してくれたアイドルグループ「Secret School」の皆さんに、その日の印象を決める「前髪」をいつもどうやって作っているか、愛用アイテムと共に聞いてみました。

## 韓国アイドル風前髪



Mizuki

- ①黒目と黒目の間の幅の前髪を取りふんわりアイロンを通す。
- ②両サイドの前髪を内側に持っていきながら少し巻く。
- ③オイルをつけてくしでとがす。



②の時に、内側に持ってきながら「カーブ」を描くようにまくと綺麗に仕上がります。オイルは、ボタニカルのオイルを使っています。ヘアアイロンの温度は180度で巻いています。

## シースルーぱっつん前髪



サラハ

- ①前髪をくしで整え眉毛少し下ではさみを使って、ぱっつんに切り揃える。
- ②ストレートアイロンを使い、前髪をストレートにする。
- ③ヘアスプレーをコームにつけ、前髪をといて束感を出す。



ライブのない日は、N.のヘアオイルを使い束感を作るようにしていて、束の量で同じ前髪でも重く見せたり軽く見せたりできるので、その日のコーデに合わせて変えています。私は、ストリート系の服を着るときは、重めに！ガーリーな服の時は、軽めに意識しています。



## 大人かきあげ前髪



岬 ロコ

- ①水で濡らして、前髪を分ける
- ②ドライヤーで、下から乾かす
- ③コテを根本にしっかりと当てて立ち上げて、後ろに流す。



ヘアアイロンは「SALONIA」！温度は150度で「ふんわり感」を大切に巻いています。最後にしっかりヘアスプレーをつけることで、崩れないようにしています。使うものは、コーム・ヘアアイロン・ヘアスプレーだけです！

## 前髪が崩れる主な原因

### ●湿気を吸ったり、おでこの皮脂が関係

髪の広がりを防ぐには、髪に水分を吸収させないことが重要。スタイリング剤で毛髪表面をコーティングして対策しましょう。スタイリング剤は水性成分が少ない製品が◎。また、おでこの汗や皮脂が前髪につくことも、キープ力が低下する原因に。

### ●分け目のクセとドライヤーのかけ方が関係

分け目がクセづいている可能性も。分かれてしまう髪の根元を水で濡らし、ドライヤーでクセを直しましょう。ドライヤーは前から当てずに後ろから当てるようにしてみてください。前からだと髪の根元が立ち上がりやすくなるので、前髪がぱっくりと割れる原因に。

### ●使用しているスタイリング剤の重さが関係

キープするために使うスタイリング剤を前髪につけすぎてしまうが故に、かえて重みで前髪が思うように完成しないことも。

## 天使の羽バンク前髪



Ayu



- ①前髪全体を濡らしてドライヤーで乾かす。
- ②真ん中で前髪を分けて、右側は右外に左側は左外に巻く。
- ③ヘアスプレーで固める。

アイロンの温度は140度で巻いています。②の工程で、前髪を4つに分けて一巻していくのがPOINT！右二つは、右外側へ！左二つは、左外側へ！



星宮 ほのか

## 崩れない最強前髪伝説

- ① 前髪をとがし、アイロンを前髪全体に通す。
- ② 前髪の真ん中を再度巻く。横の前髪は、そのままに！
- ③ オイルをつけてケープで固める。



ヘアスプレーをかける前にとことん気に入る前髪に仕上げるのがポイント！崩れにくくするためにヘアスプレーをかける順番はまず前髪の上の方、次に下の方、最後に全体にかけます。スプレーをかけたあとは「触らない」が鉄則！

## Cover Girl Next Audition



### ▶表紙モデル募集概要

2023年3月より代官山にてリニューアル開催する「美とファッションの一般向け展示会 BEAUTY MY SELECTION TOKYO 39」内で最終選考を実施する公開オーディション。「ウォーキング技術・ポージング技術・スタイル・センス・表現力」+「スチール技術」を評価し、「来場者投票」と「審査員加算」で次号表紙モデルを選出。

グランプリ受賞者にはビューティーアイテムなどをぎっしり詰め込んだ『副賞 10万円相当の商品』を進呈。モデル経験が無い場合でもエントリーは可能。基本的に3名以下の少人数レッスンでフォローするため、わからないことを確認しやすく短期間の理解・習得が見込めます。未経験の方でも挑戦ができるモデルオーディションです。

### ▶賞・特典『グランプリ』

- ①次号の表紙モデルに決定
- ②次回以降のショー作品にゲスト出演枠を用意（出演は任意）
- ③副賞『10万円相当賞品』進呈（美容商品等）



## COVER GIRL PROFILE



## Secret School



Mizuki・サラハ・岬ロコ・Ayu・星宮ほのかからなるインフルエンサー系5人組アイドルグループ。コンセプトは「歌とダンスで世界を変える秘密の魔法学校生」でK-POPサウンドにJ-POPの良さをミックスした楽曲とダンスで日本から世界への発信を目指す。

楽曲は日本レコード大賞を2年連続で獲得した天才音楽プロデューサーのカルロス.Kが担当、ダンスは伝説のダンスグループ「PaniCrew」のメンバーのYOHEYが監修し、今後さらなる成長に目が離せないグループ。

## エステに行かずに **自宅** でボディトリートメント

主にオイルを使って、施術者が手や腕を使って頭から足先まで全身ケアをする方法。マッサージなどで感じられるように手の温もりがもたらす安心感はとてもしっかりリラックスができます。自宅で行うセルフケアメニューにボディトリートメントはいかが？

### ボディトリートメントは大きく分けて3種

『オイルトリートメント・アロマトリートメント・アユルヴェーダ』の3つが有名。自分で市販されているオイルからオリジナルのボディオイルを作れば好きな香りに包まれてボディトリートメントを楽しむことも可能です。



### 身体が温まっているお風呂上りがオススメ

ボディトリートメントはカラダが温まっている時に行うのがオススメです。体温も温まっている状態ならオイルの伸びが良く広がりやすくなります。また、お風呂上りの肌は急速に乾燥してしまい水分が奪われてしまうので、水分を失う前にボディオイルを浸透させ、お肌の乾燥を防ぎましょう。乾燥するこの時期のボディトリートメントはリラックスと乾燥対策で一石二鳥♪

## サロン仕様 CBDボディトリートメントオイル 新発売

&well beingよりプロ仕様のCBDボディトリートメントオイル新発売。実際にエステサロンなどの施術に使用されているCBDマッサージオイルとして、ご好評を頂いている大容量・高濃度CBDボディオイルに100mlと250mlのホームケアラインが新登場。プロ仕様CBDマッサージオイルをご自宅のホームケア用にボディからデリケートゾーンケアまでお使いいただけます。



CBDボディトリートメントオイル  
左)CBD&CBG 1000mg 配合  
100ml 5,800円(税込)  
右)CBD&CBG 2500mg配合  
250ml 9,800円(税込)

### お肌のためのCBD(カンナビジオール)

海外セレブ・プロアスリートをはじめ、世界中の美容と健康に敏感な人々がスキンケア・エイジングケア\*に積極的にCBDを美容に取り入れています。世界的に注目されている植物由来の美容成分それがCBDです。CBDは身体のバランス調整機能ECSの栄養補給をケアし、CBDボディオイルは肌荒れを防ぎ、肌にキメとうるおいを与えハリツヤを整えます。\*年齢に応じたケア

&well being



## 手と指先に配慮を！乾燥予防のポイント3つ

日々、顔のスキンケアをしても、手や首のスキンケアを後回しにしがちでは？意外と目につくのが手や指先です。年齢を感じやすいパーツに潤い補充をしましょう。意識したい点はたくさんありますが、編集部オススメの『手と指先に配慮したい3つのポイント』をピックアップ。まずはこの3つから意識してみませんか？



### Point 1 室内の乾燥対策をする

加湿器を置く、外出宿泊先の場合は濡れたタオルを吊るすなど、無理のない範囲で室内の乾燥を防ぎましょう。寝る前に洗濯物を終わらせて部屋干しするのも一石二鳥♪

### Point 2 手を洗うときはぬるま湯が◎

お湯は手の皮脂を洗い流しやすくなるため、入浴中や水仕事の際に熱いお湯を使うのはできるだけ避けると、水仕事する時は面倒でも『ゴム手袋』を使う配慮を！

### Point 3 ハンドケア用アイテムでこまめな保湿

ハンドケアアイテムはさらさらしたつけ心地のものが多く、べたつきが少なく仕事中でも積極的に保湿できます。べたつきの少ないものが作業しやすくてオススメです。

▶専用のハンドケアアイテムは手に配慮したいわば、手のエステ♪  
マッサージしながら保湿しましょう！

## 【MAISON DE AQUA新発売】水のプロが開発した "肌水を補う新しい化粧水"が全国のCosme Kitchen (コスメキッチン)にて初日から大好評発売中！

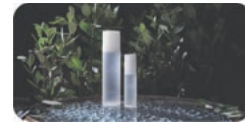
オーブス株式会社の新ブランドMAISON DE AQUA(メゾン・ド・アクア)は、株式会社マッシュビューティーラボが開発するナチュラル&オーガニックコスメのセレクトショップ「Cosme Kitchen(コスメキッチン)」にて、先行発売を開始しました。

### べたつきなくしっとり潤う保湿力の高い"クマザサ"との出会い で完成したミストタイプのハンドケア化粧水

自然の植物類から抽出された微量ミネラルをブレンドした水をベースに保湿力の高い"クマザサ"を配合した、べたつかないミストタイプの新感覚ハンドケアです。手肌表面はべたつかず肌にしっかりと水を補い、潤うことができます。べたつかない保湿を体験ください。

### ◀水のプロが40年以上の研究を経て誕生した自信作

MAISON DE AQUA /  
ハンドケアウォーター 50ml  
1,980円(税込)



## ホットとひといき☆休憩 で何を飲んでいますか？

作業に集中して疲れてしまった時、眠気が止まらない時そんな時『休憩』でリフレッシュしてパフォーマンスを落とさないよう再開したいですよね。この時期にピッタリな定番以外で『ホットと休憩』のオススメを3つご紹介いたします。



### ゆずはちみつティー



柚子の甘酸っぱさとほろ苦さが楽しめるゆず茶。ほっと温まる味わいが癖になります。お湯に溶かすだけのジャムタイプがオススメ！

### チャイ



ティータイムの定番ドリンクとして市民権を得てきた「チャイ」。簡単レシピも紹介されています。紅茶葉を色々変えて楽しむのも◎

### 味噌汁



空腹で集中できないという時に重宝する1杯。けっこう満たされるのと、注目される発酵食品でもあります。意外とホットとするNO,1♪

## 鹿児島県産和紅茶とスパイスをかけ合わせた 和紅茶クラフトチャイ「ゆずかチャイ」

YUZUは鹿児島県産和紅茶とスパイスをかけ合わせたクラフトチャイ「ゆずかチャイ」を発売開始。シロップタイプなので、牛乳と割るだけで和紅茶チャイを気軽に楽しめます。



ゆずかチャイ  
クラフトチャイシロップ  
2,240円(税込)/200ml

自宅で本格的なチャイを作るクラフトチャイシロップ。日本生まれ、日本育ちの鹿児島県産和紅茶をベースに、数種類のスパイスをブレンド。シロップを牛乳と割るだけ、最短30秒で手軽にチャイをお楽しみいただけます。ホットチャイ、アイスチャイはもちろん、ソーダ割りなどのアレンジも可能。



### スパイスの香りがたまらない！

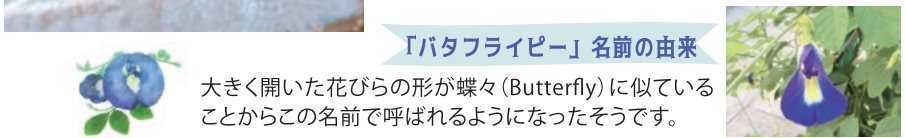
カップに近づけたときのシナモンの香りと、喉に感じるスパイスのほどよい刺激が疲れたカラダとココロを和らげてくれます♪

ゆずか  
チャイ



## 映えドリンク// その正体 バタフライピー

美容大国として知られるタイでは、花を使ったハーブティーが人気。中でも日本名で「チョウマメ(蝶豆)」とも呼ばれているマメ科の植物「バタフライピー」のお茶「バタフライピーティー」が有名。



### 「バタフライピー」名前の由来

大きく開いた花びらの形が蝶々(Butterfly)に似ていることからこの名前と呼ばれるようになったそうです。

### バタフライピーの青いカラーの秘密

青いカラーを生み出しているのは、花びらに含まれる成分「アントシアニン」です。アントシアニンは赤ワインやブルーベリーなどに含まれるものと同じ抗酸化物質ポリフェノールの一種で、レモンやライムの果汁を加えると、クエン酸に反応して色が変化。コバルトブルーから、鮮やかな紫色に変わるのを「見て・飲んで」楽しめるハーブティーです♪

## 化学的合成添加物を一切含まない 100%ナチュラルな創作タイティー

タイハーブティー専門店『ロンナムチャ チェンマイ』は、100%ナチュラル素材の青いタイティー「ブルームーン」をロンナムチャ チェンマイ ONLINE SHOPで販売中です。タイで人気がある従来のオレンジ色のタイティーは、茶葉を合成着色料で着色し合成香料で香り付けされています。ラミンティーはその健康上の懸念から、化学的合成添加物を一切含まない100%ナチュラルな創作タイティーを考案。カラフルでエキゾチックな本格タイティーを安心してお楽しみいただけます。



ブルームーン・タイティー  
2,613円(税込)/250g

### 良質でかつ浸出が早く香りがより強い等級の茶葉

紅茶とバタフライピーは国際規格オーガニック認証USDA取得、無農薬・無化学肥料で栽培された原料のみを使用。力強く濃厚なタイ原産ラミン紅茶と天然バニラのやさしくスモーキーな風味が抜群にバランス良く、病みつきになる美味しさです。

### ▶SDGs

200世帯以上の山岳民族ラフ族と共に、サステナブルな森林環境保全と地域社会の発展に取り組んでいます。



RONG NAMCHA  
CHIANGMAI



ブース  
出展者募集

一般来場者を対象とした展示会  
"デジタル"では伝えられないもの

美とファッションの一般向け展示会 BEAUTY MY SELECTION TOKYO ブース出展者募集 @代官山 CARATO71

●物販ブース:物販ミニ1/2枠 6,600円/税込 ●出展ブース:Sサイズ1小間 22,000円/税込  
●古い・似顔絵ジャンル:古いミニ 1/2小間 7,700円/税込

出展料もお安くってリニューアル!  
代官山でイベント出展しませんか?

# 只今最高のウインターシーズン中!

Butabe vol.34 P6

群馬  
エリア

Ski Resort, MINAKAMI  
**norn**



関越自動車道『水上IC』から約5分!  
首都圏から約90分! 駐車場全日無料!  
朝から夜までたっぷり遊べる **ノルン水上スキー場**



群馬県利根郡みなかみ町にあり、ゲレンデ上部からは浅間山、赤城山など日本百名山の名峰を見ることが出来る♪

### ▶みんなで安心して遊べるゲレンデ構成

『中上級者』と『はじめて&初心者』がMIXしたグループだとレベル別に分かれて滑ったりすることもあるかと思いますが。そんなグループに編集部がオススメするのはノルン水上スキー場!!なぜなら、どのリフトに乗って滑ってきても、必ずセンターハウスにたどりつける!!  
駐車場に戻るのも簡単で、休憩もしやすくGood!!

### ▶中上級者はここ!

起伏の激しい上級者向けのハードコースで、雪の降った次の日に滑ったら虜になっちゃう非圧雪のAコース。そしてパッチテストなどの基礎練習に合う、板がよく走りカービングの練習がしやすいEコースがオススメ!



### ◀毎日開催パークレッスン 13:00~ ¥1,000

ディガースタッフによるパークレッスンは、アイテムへの入り方、キッカーやBOXなどの基本動作を優しくレッスンしてくれます。なんと受講料が1,000円!!参加者は初心者多めなので誰でも気軽に参加できます♪ノルンでソコ練しよ!!



関越自動車道『水上IC』から3km・約5分



上越新幹線 東京駅→上毛高原駅 (約1時間15分)  
駅からの無料シャトルバス (約20分) あり※web予約制



全日無料 約1,200台



山梨  
エリア

ふじてんスノーリゾート  
**Fujiten**

初めてでも久しぶりでもガチ勢でも!思い立ったらすぐ行ける!新宿・横浜から約90分!

世界遺産富士山の麓に広がり、絶景が美しい

## ジブアイテム多めで上級者も納得の **ふじてんスノーリゾート**



▶ふじてんメンバーズ 入会金500円。提示するだけで特典が受けられる!!リフト1日券、スーパー1日券、スーパー午後券が大人料金より1,000円引き!(ジュニア、シニア、身障者除く)ナイター券500円引きなのでオススメ!



### ▶雄大な富士山を目の前に望む抜群のロケーションが魅力

ふじてんスノーリゾートは『河口湖IC』から約13km。スムーズに進めば約20分程度で到着できるゲレンデ。雄大な富士山を目の前に望む抜群のロケーションで滑走できるのが魅力!!富士山と雪景色を背景に動画を撮りたくなっちゃいます。最大斜度32度の上級者向きダウンヒルや、初めてコブに挑戦しようと考えている人のために作られたコブライン「中級モーグルコース」など、バラエティに富んでいて少しテクニカルな練習もチャレンジしやすい!!

### ▶ふじてんスノーパーク

チャレンジパーク・コソ練・メインパークの3つのコースがあり、初心者から上級者まで楽しめる!初中級レベルを卒業したらグラトリだけでなく、ボックスやレールのあるパークにも挑戦してみたくありませんか? チャレンジ&コソ練パークは初心者でも練習しやすいように低めのボックスやレールを設置してあるので、ゆっくり通過からTryしよ~!!



中央道『河口湖IC』から国道139号を  
本栖湖方面へ約20分



河口湖駅→ふじてんバスツアーまたは  
ふじてんスキータクシー利用で片道約20分



普通車 平日および土日祝の15時以降は無料  
土日祝 1,000円 2,500円



新潟  
エリア

**上国**



4つのエリアからなる広大なスノーリゾート ホテルの前にキッズパラダイス ファミリーにも大人気のスキー場  
上国55周年を記念してイベントやキャンペーンを開催中!

## 「5」のつく日は女性・子どもがお得! **上越国際スキー場**



ホテル前のゲレンデは緩斜面で初心者でもナイターまで安心して楽しめます。オレンジの光で煌めいたナイターゲレンデは特別感のある最高のヨアソビ♪

初心者から上級者までさまざまな滑走レベルのスキーヤー、スノーボーダーに対応できるコースバリエーションが魅力。上国で最も奥に位置する十日町市側のゲレンデ「フォレストゾーン」は、ブナ林が多くゆったりとした気分で楽しめてオススメ!!

### ▶5のつく日はハッピーデー(5日・15日・25日)

- ①女性が3人集まれば『1人分リフト券無料!』
- ②20-55歳女性にドリンク券プレゼント!
- ③レンタルセット割引 女性30%OFF/子ども50%OFF
- ④こどものレッスン受講料 50%OFF
- ⑤日帰り温泉入浴 50%OFF

【対象者・対象期間】  
リフトロング1日券を定価(大人4,500円、ジュニア2,500円)でご購入の女性とお子様/〜2023年3月15日まで



ゲレンデ直結「ホテルグリーンプラザ上越」では温泉やグルメも楽しめます。編集部のオススメはホテル内のレストランラウンジ『らいらっく』天井が高く開放的な空間の店内、ランチや休憩で洋食カジュアルメニューがGood!!  
只今ロケットフェア開催中 🍷❤️



関越自動車道→『塩沢石打IC』から約7分



東京駅から新幹線で約70分  
東京駅→越後湯沢駅→上越国際スキー場前駅



平日無料  
(アネックス駐車場のみ土日祝日1,000円)



新潟  
エリア

湯沢中里  
YUZAWA NAKAZATO



首都圏からも日帰り! JR越後中里駅直結の好アクセス!!

## 雪山デビューからツリーランまで楽しめる **湯沢中里スノーリゾート**



▶駅降りて目の前がスキー場なので初めてでも迷わない!!

JR越後中里駅直結、湯沢ICからも車で10分程で到着できるファミリーに人気のゲレンデ。キッズや初心者にも安心のコースが多く、駐車場からゲレンデまでがとても近いので車に戻って休憩もしやすい。ゲレンデ内にツリーランエリアもあるので、同じリフトに乗って上級者はツリーラン、お友達の初中級者は緩斜面コースでリフト前で集合!!というのもできちゃう☆



スクールは「中里スキー学校」と「NAKAZATO SNOW ACADEMY」が常設であり、スキー・スノーボードのレッスンを受講できます。大人2時間×2コマ=7,000円とのこと。リーズナブルなので2コマ受講がオススメです!!



### ▶ココがオススメ♪

スキーセンター前のリフトのベンチは記念撮影のオススメポイント! 集合場所にもちょうどいいランドマーク。編集部のオススメのレストランは『パオリノ』注文してから生地を伸ばして作る本格的な釜焼きピザのお店!



関越自動車道『湯沢IC』から約5km



東京駅から新幹線で約70分  
越後湯沢駅から無料シャトルバス 約20分



平日無料  
土日祝・年末年始1台1区画500円



# 今年はずっと「冬」で遊ぶんだ!!

群馬  
エリア



ハイシーズンはきめ細かな「ふわ雪」が特徴☆軽い雪に出会える!  
11月下旬から5月上旬までのロングシーズンゲレンデ

## 春までたのしめちゃう! たんばらスキーパーク



標高1250m~1550mにあり、ふわふわのパウダースノーが楽しめる。ゲレンデは緩斜面多めでグラトリもしやすい♪

関越自動車道『沼田IC』から約30分と、首都圏から約2時間でアクセスできるたんばらスキーパーク。シーズン中は豊富な降雪量で毎年11月下旬頃からゴールデンウィークまでのロングシーズンが特徴のスキー場。幅広く開放感たっぷりのコースや、山頂からのロングクルージングが楽しめる林間コースは初心者にも優しいバーンなので安心して楽しめます。



### ◀上級者はここ!

雪が降った翌日は未圧雪コース!さらさら粉雪を満喫。上級者のコブ好きが気になるコブバーンも出現する「トライアルコース」がオススメ!!  
最長滑走距離:800m  
最大斜度:25° 平均斜度:15度



ゲレンデ内にある3つのレストランはどれも名物グルメがいっぱい! ウッドランドカフェの『カレードリア』、レストランオン&オフの『ねぎ塩鶏ハラミ丼』、ハーフタイムびすとろ屋の『たんばら風ラーメン二郎』が編集部イチオシ♪



関越自動車道『練馬IC』→『沼田IC』約90分  
→県道で約30分



上越新幹線『東京駅』→『上毛高原駅』約75分  
駅からの無料送迎バスあり(約50分) \*要予約



平日駐車場無料 2,000台  
開場時間 7:00~17:00



新潟  
エリア



2月は雪もたっぷり!!ふわふわ非圧雪の南エリア・人気の下山コースファルコンはお早めに♪  
東京駅から上越新幹線で最速74分でアクセス!

## 新幹線駅直結のスキーリゾート!! GALA湯沢スキー場



GALAのリフト券は『事前WEB購入』するとお安く購入できるので事前購入は忘れずに~!

新幹線改札を出てすぐがスキーセンター、GWまで滑れるロングシーズンの営業期間が人気のGALA湯沢スキー場。周辺のゲレンデと比べ標高が高めで、ゴンドラで上がった先の雪質が一気に変わるのが特徴。ビギナーに優しいのはもちろん、中上級者も大満足なゲレンデ。コンディションの良い日は南エリアのパウダーを満喫したい!!



### ◀日帰り&新幹線プランなら!!

新幹線往復券とリフト券がセットになったプランが超~お得なのはご存じですか?びゅうトラベルサービス「おトクな旅行プラン」なら新幹線利用で旅行気分MAX、スペシャルな休日に♪



### ◀レストランがリニューアル!!

フードコート「バルバル」がメニューを一新!他にも新潟の美味しいが大集合したレストラン「新潟食道」があります。GALAのゲレ食グルメは「新潟県」を感じられ、都会の喧噪を忘れたオフの日を楽しめます♪和食レストランゆたに隣接する「おむすび処ゆた」のおむすびを車や新幹線に乗る前に購入して『コンヒカリ』を堪能するのが◎♪



関越自動車道『湯沢IC』から約5分



東京駅から最速約74分  
上越新幹線 → ガーラ湯沢駅直結



全日無料:約400台

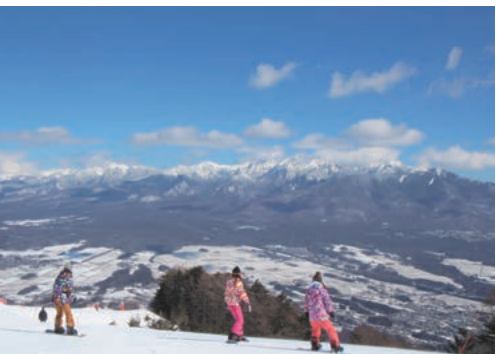


長野  
エリア



八ヶ岳を一望する約3kmの絶景ロングコースは滑りごたえあり  
近からすぐ行ける!八王子から90分!横浜から130分!

## 抜群のアクセス! 富士見パノラマリゾート



▲コナシゲレンデからの八ヶ岳

首都圏からのアクセスが良く、中央道『諏訪南IC』より約7分と雪道の運転が不安な方でも安心して行けるゲレンデ。晴天率85%の青空ゲレンデの富士見パノラマリゾートは、スキーやスノーボードだけでなくスノートレッキングやアイスクライミングなどのアクティビティも楽しめる。今シーズンからはスノーモト・スクートも滑走OKに!



◀ゴンドラで山頂まで登り、一気に約3,000mのロングコースを滑り降りれるので人気♪リフト乗り継ぎが疲れる方には楽ちんゴンドラが◎

●公認スクールが常設  
SAJ公認のスキースクール、JSBA公認のスノーボードスクールが常設。今シーズンはレベルをアップデートしたい方にオススメ!



### ◀山頂ゲレンデからの八ヶ岳

南アルプス山脈の北端にあたる入笠山の東斜面に面したゲレンデ。夏季営業ではマウンテンバイクのコースとなり、プロの選手も多く練習します。パラグライダースクールもありパラグライダーも盛んです。夏の風景を想像して滑るのも楽しいですよ!



中央自動車道を『諏訪南IC』で降りて約7分



中央東線特急あづさ『富士見駅』下車無料送迎バスで10分(迎え 9:15,10:00・送り 15:00,17:00)



1,500台無料



千葉  
エリア



開催期間: 2022年10月28日(金)~2023年3月19日(日)

Fun! -光る笑顔に福来たる-

## 東京ドイツ村ウインターイルミネーション2022-2023



▲300万個のLEDライトが織りなすダイナミックでカラフルな光の世界!

今年で17年目となる東京ドイツ村のウインターイルミネーション。今回のコンセプトは「移動遊園地」。「光と音のショー」「虹のトンネル」「3Dイルミネーション」移動遊園地をイメージした「光の地上絵」など、カラフルな色使いを特徴とし、思わず笑顔になってしまうイルミネーションが繰り広げられます。



「光と音のショー」では、音楽に合わせてイルミネーションが変化したりゾウの鼻からしゃぼん玉が出てきたり、ハッピーなひとときとワクワクをギュッと詰め込んだ演出に♪



### ◀いろんなふわもこと触れ合える癒し空間がグランドオープン!

世界のふわもこ動物王国ではハリネズミ・フェレット・うさぎ・ハムスター・リクガメ・インコ・ひよこ・全て触れ合うことができます。見て癒され、触ってもっと癒されちゃおう!!



館山自動車道『姉崎袖ヶ浦IC』約3km、5分  
圏央道『木更津東IC』より約6km、10分



東京駅から高速バスアクシー号 亀田病院行50分  
袖ヶ浦駅南口より路線バス東京ドイツ村行き34分



収容台数:3,000台 乗用車1台につき1,000円  
※入場料別途※季節により変動あり



美とファッションの一般向け展示会  
Daikanyama Partystyle

# BEAUTY MY SELECTION TOKYO 39

2023.3.25 sat  
OPEN 12:30 CLOSE 20:00



CARATO71

代官山 徒歩約10分  
ticket & access



▶ TICKET  
ADV ¥3,000 / DOOR ¥3,500  
入場時別途 ¥1,000  
(Drink ticket 2枚 + Trial ticket 3枚付)



HAIR SHOW



Cover Girl  
Audition



Fashion Show



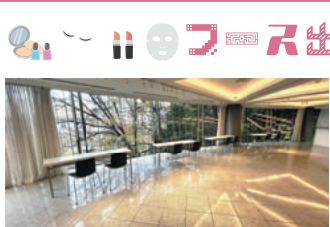
Beauty  
Trial Booth



Music  
ShowCase



Dance  
ShowCase



## ブース出展者募集

- 【出展料】
- 物販ミニ ½枠 6,600円/税込
  - 出展ブース Sサイズ 1小間 22,000円/税込
  - 展示ミニ ½枠 7,700円/税込
  - 占い・似顔絵 ミニ ½小間 7,700円/税込

☆2023 リニューアル☆  
お安くなりました♪

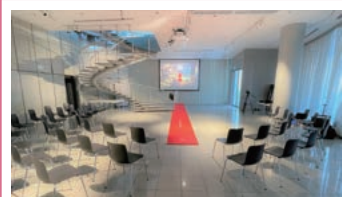


先着来場 **50** 名様  
キレートレモンクエン酸2700  
**プレゼント!**

## COVID-19 PREVENTION

\*入場時・再入場時にはアルコール消毒液を使用し「手指消毒」をお願いします。 \*入場時・再入場時に検温を実施。(37.5度以上入場不可)  
\*常時マスク着用をお願いいたします。(施術体験時で必要な場合・記念撮影時以外は着用をお願いします)

主催: BMS東京事務局 JOYCORT イベント事業部  
神奈川県川崎市高津区下作延1-9-9-3F  
TEL 044-577-2394 FAX 044-829-1006  
協力: ELICA・株式会社 JOYCORT SUPPORT  
協賛: ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社  
後援: 情報誌 美toBE



## ステージ出展者募集

ステージ使用料・機材費・オペレーター費用  
音楽著作権使用料・すべて込み!

- ファッションショー ●音楽LIVE・演奏
- ダンス・パフォーマンス ●ヘアショー



出演者募集中



## 読者PRESENT

本誌を手にとっていただきありがとうございました。気になる記事や新商品情報などはございましたでしょうか?  
読者プレゼントをご用意いたしましたのでどしどし応募ください♪応募はカンタン右のQRコードから!

### ◆1次募集締切 2月28日

- ゆずかチャイ 1名様 (P.4掲載)
  - ラミンティ「ブルームーン・タイティー」 1名様 (P.4掲載)
  - ノルン水上スキー場 リフト1日優待券 ペア1組2名様 (P.6掲載)
  - ふじてんスノーリゾート 2022-23シーズンリフト1日ご招待券 ペア1組2名様 (P.6掲載)
  - 岩原&上国 リフト1日御招待券 ペア1組2名様 (P.6掲載)
  - 湯沢中里スノーリゾート リフト1日ご招待券 ペア1組2名様 (P.6掲載)
  - 富士見パノラマリゾート リフト1日ご招待券 ペア1組2名様 (P.7掲載)
  - 光潤水プレミアム化粧水&ゲルクリーム ジャー1名様 (P.2掲載)
- 募集期間内であれば1次募集・2次募集にWエントリーOK!!

### ◆2次募集締切 3月15日

- SHIAGE スカルブローション 1名様 (P.2掲載)
- SW ブライトニングセラムC+ 1名様 (P.2掲載)
- RF28 INNER SKIN ビューティフローラサプリメント 1名様 (P.3掲載)
- 富士薬品 Laforth ラクトノエル 1名様 (P.3掲載)
- 日本新薬 極(きわみ)セレクトコラーゲン 1名様 (P.3掲載)
- MAISON DE AQUA スキンベースウォーター&ハンドケアウォーター 1名様 (P.4掲載)
- CBDボディトリートメントオイル 100ml 1名様 (P.4掲載)
- たんばらスキーパーク リフト1日券ご招待券 ペア1組2名様 (P.7掲載)
- GALA湯沢スキー場 平日リフト1日招待券 ペア1組2名様 (P.7掲載)
- 東京ドイツ村 入場ご招待券 ペア1組2名様 (P.7掲載)



### 専用応募フォーム



締切後の応募は抽選の対象外となります。ご応募はお早めに!!