

# クレールニュース Vol.22

秋晴れは、夏と違い穏やかな陽の光に感じます。北海道は特に季節感が愉しめます。ただ、気温差で体調も崩れやすくなる方も…。秋は旬の食材がたっぷりある北海道！栄養をたっぷり摂り入れ元気に行きましょう!!

編集長 高木



## Ella Bache エラバシエ **使用制限があるほど** デリピデックス7.6% **効果の高いクリームです!!**

気になる二の腕やお腹、ヒップラインや太ももの厚い脂肪に…使用制限があるほどの効果の高いクリーム『エラバシエ デリピデックス7.6%』がクレールから登場!! 塗った瞬間からじわ〜と温かくなり、脂肪燃焼効果が24時間持続します。頑固なセルライトや厚い脂肪を燃焼させ、脂肪蓄積の再発防止にも効果があります。脂肪細胞を通常の「溜め込みモード」から「ダイエットモード」へ体質が変わります。効果が高いため使用に制限があり、1ヶ月の集中ケアだけでも効果が出てきます。クリームの成分には「バニリルブチル」というバニラ豆から合成された成分が含まれており、安全で優れた温熱効果があると言われています。血行促進効果でむくみや足の冷えなど解消にも効果的です。

**Ella Bache**  
Paris

新製品の  
**DÉLIPIDEX 7,6%**  
エラバシエ デリピデックス 7.6%

1. 頑固な脂肪を燃焼・溶解します!
2. セルライトの再発を防止します!
3. 脂肪細胞をダイエットモードにチェンジ!

**180ml 10,500円**

## 10月の限定ボディオプション『美腸デトックスマッサージ』

肌荒れ、腰痛、生理痛、肥満、下痢、便秘等、腸のトラブルが身体に与える影響は深刻です。腸をソフトにマッサージすることで、腸だけでなく全身の体調を整えやすくしていきます。お腹をほぐすことで腸に適度な刺激が伝わり、活動が活発になりますので、腸内にたまった老廃物が排出しやすくなります。マッサージクリームにもこだわり、血行を促し脂肪燃焼を助けるマジョールのベネフィットクリームを使用。更にお手入れ後は、整腸作用のある酵素ドリンク『ファスファス』を1杯プレゼント♪



**通常料金 ¥2,000 初めての方 ¥1,000**

第22号

平成25年10月1日

編集・発行  
クレール

今月編集担当  
佐藤 ありか

TEL  
011-623-5151

札幌市中央区南一条  
西24丁目1-6  
レクシブ裏参道8F

メール登録募集中!

ご予約の前日に  
確認メールを  
お送りいたします



お名前を入れて  
返送ください

**ご来店時の  
お知らせ**

お車でご来店の際は  
近隣駐車場を  
ご利用下さい。  
駐車券ご提示で  
500円まで  
負担します。

**スタッフブログ  
更新中!**

クレールスタッフか  
ブログを書いている  
ことはご存知でしょ  
うか?

ほぼ毎日更新してい  
ます! ぜひチェック  
してみてください♪

<http://ameblo.jp/de-clair/>

または

「クレール 円山 ブログ」  
で検索すると読むこ  
とができます!

# 季節別スキンケア 秋Ver.

お肌は常にターンオーバーをし、日々新しい細胞が作られています。それにともない季節によっても肌質の変化があり、気温や湿度、紫外線の強さによってスキンケア方法を変えることをおすすめします。

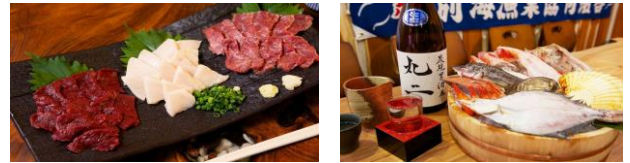
秋は、空気が乾燥し始める季節です。洗浄力の強い洗顔料は乾燥肌に刺激を与えてしまうので、保湿・保水性のある低刺激の洗顔料に切り替えます。

また、夏にたくさん浴びた紫外線の対策も引き続き必要です。春～夏の紫外線量に比べると秋は少なくなってくるので、肌への負担を軽くするため「SPF」「PA」数値を下げるのも良いでしょう。しかし、まだまだ紫外線は強いので必ず塗り忘れの無いよう、しっかり紫外線対策をしましょう。

## 佐藤のちょっと一息、おいしいもの発見!

クレールから少し歩いたところにある、海鮮・炭火居酒屋『丸二』さん。店内は広々としたカウンター席と宴会やご家族でもゆったりとできるテーブル席があり、気軽にお食事を楽しめます。

カウンターの目の前の炭火で焼く串焼きもおいしいですが、いつも別海から直送の新鮮な海の幸も美味しいです！お食事もお酒もメニューが豊富でいつもつつい頼みすぎてしまいます…(笑)私のおすすめは、馬刺し3点盛りや新鮮な旬のお刺身です♪

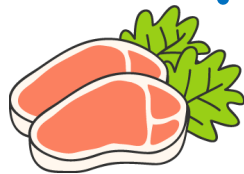


『丸二 (マルニ)』札幌市中央区北1条西20丁目1-25 アネックス裏参道1F  
TEL 011-631-1622

## カラダにいい食べ方

『お肉の脂身は…老廃物がたくさん…。』

牛肉、豚肉、鳥肉…、脂身が好きな方はいいかと思えます。霜降りいっぱいな牛肉も高級なだけでなく、美味しいですよ。ですが、脂身部分は毒素の溜まりもの…。人間でもそうですが、余分に脂肪がついている方は、その分老廃物も多くなります。美味しいけれど出来る限り脂身は控えるのがおすすめです。



## インディバ豆知識

インディバのここがすごい!!  
『脳もむくみます!』

以前、顔のインディバケアが脳にも良いと掲載しました。鏡をみて、顔がむくんでいる!という方。実は顔もむくんでいる時は、脳もむくんでいることが多いのです。これは髄液とも関係していますが、インディバでケアをすると全身の血液やリンパ、そして髄液の流れも改善していきます。

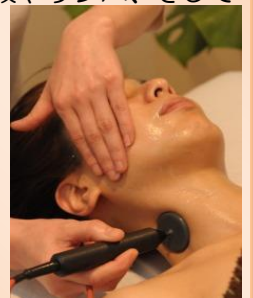
健康なお肌はピチピチ!

脳もピチピチに!!

特に首の付け根にコリがある方は

インディバでほぐすと、

頭も身体もスッキリします。



## 須田の

## ガーデン街道ドライブ



帯広や富良野にある7つのお庭を巡る『北海道ガーデン街道』が大好きです!

特に気に入りの三か所をご紹介します♪『十勝ヒルズ』は景色がよく、ハーブがたくさん咲いています。ここで採れた野菜をランチでいただくことができます、トマトが絶品!『真鍋庭園』はとにかく広くて立派で、かわいいお家や滝があり、マイナスイオンたっぷりです!『六花の森』は、あの有名な六花亭の包装紙のモデルになった森です。はまなすや個展がたくさんある芸術的な森でした。ほとんどがペットと一緒に入れるのもとっても嬉しかったです。時期が良ければ、一面の美しいお庭にお花やハーブがたくさん咲いていて、心身ともにリフレッシュできますよ♪

