

年末年始の
すっきり作戦
お手入れ編

おうちにいながら、カラダの中からスッキリできる。
おサイフにもやさしい、お手入れ作戦。こっそりお試しを

**バスタイムにカラダにいいこと。
リラックス気分で効果もアップ**



冷え性対策に！お湯の要らない
足浴ブーツでぽかぽか！

お湯の要らない足浴ブーツ

ゼオライト（沸石）という天然の鉱石をレンジで暖めブーツに入れるだけ！一日の疲れを足元から解消！

【商品番号】20102
内容/ブーツ×2 温浴パット×2 中敷×2 レンジ袋×1

<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20102.html>

価格: 6,590円
(税込/送料300円)



身体の内から温まって、
温泉気分♪エステ気分♪

ゲルマセラ温浴器スパエステ

天然鉱石と特殊セラミックス、計5種類の複合効果で身体活性化！冷え性対策をしながら、シェイプアップも！

【商品番号】20202
<http://otoriyosen-avi.jp/SHOP/20202.html>

価格: 3,280円
(税込/送料500円)



女優さんも愛用！バラの香りに
包まれながら簡単にエステ気分を！

ゲルマローズ 特価 400g×2個セット

ゲルマニウムと酵素のパワーで、美容にも、ダイエットにも、カラダにもいい『ゲルマ温浴』を自宅で簡単に！

【商品番号】20602
内容量/400g×2箱セット
<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20602.html>

価格: 4,790円
(税込/送料無料)



エステで利用者急増の
「炭酸ゲルマ温浴」をご自宅のお風呂で！

ゲルマニウム炭酸泉（重曹入り）

話題の2成分レバゲルマニウムと重曹のみ配合！添加・増量剤は一切不使用！驚異のデトックスパワーです。

【商品番号】20402
内容量/180g
<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20402.html>

価格: 5,550円
(税込/送料500円)



使うほどに『潤い』と『弾力』が
よみかえる！男を虜にする肌に！

ゴートミルクバス

体を洗うだけでシャワーを弾き、30代でも水玉が転がるほど肌表面がムチムチな、ハリのある美しいお肌に！

【商品番号】20502
内容量/476ml
<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20502.html>

価格: 3,320円
(税込/送料無料)



10分で汗ダクダク！入浴だけで
不要なものを汗と一緒に流す！

フィトオセアン オー・ド・メール 1Kg（期間・数量限定 プレゼントキャンペーン）

世界中のエステで愛用され続けるプロ用コスメ。驚異のデトックスで肌荒れ・肩こり・冷え・むくみを解消！

【商品番号】20302
内容量/1kg
<http://otoriyosen-avi.jp/SHOP/20302.html>

価格: 15,500円
(税込/送料無料)



【商品番号】20702
内容量/250ml
<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20702.html>

価格: 3,429円
(税込/送料500円)



瘦身効果で有名なイタリアの
LACOTE社から、ボディソープが上陸！

マリンフィックスソープ

入浴前後でその差を実感！？イタリアの有名デパートやジムでは必ず販売されている、バスタイムの必需品！



世界初！セルライトを根本から巻き返す
入浴剤が完成！

バルチックPHミネラルバス 1kgボトル

女性の天敵「セルライト」を脱く！体の奥から汚れと要らないものがドクドク移動する感覚を実感して下さい！

【商品番号】20802
内容量/1kg
<http://otoriyose-n-avi.jp/SHOP/20802.html>

価格: 8,375円
(税込/送料300円)



恋しい！ネット通販③

雑誌を見ながら、
オリゴメールで半身浴。
岩瀬さんのデトックス

週刊デトックス編集長・岩瀬さん実践のデトックス法のひとつが半身浴。ミネラルたっぷりのオリゴメール入り入浴剤を利用するものですが、そのほかにも岩瀬さんならではのルールがあります。入浴前には天然薬泡水をコップに1杯、フリーペーパーや通販カタログを持ち込み、バスタブに浸かりながらリラックスタイムをエンジョイ。「新聞を持ち込んだこともあるのですが、湿気を吸ってとても読める状況じゃなかった」という失敗も経験済み。リンパの流れをよくするマッサージをしながらの、約40分かけての半身浴で、もちろん汗が出てきたら、ミネラルウォーターで適宜水分を補給します。そして湯上り後には常温のお水をゴクリと1杯、これが岩瀬流の半身浴。

Miki Oguraの

あなたの元気で
ハッピーを応援します！ VOL.1

自分らしいライフバランスって？

「わたしはどつしたいのか」「心で願うことから、幸せは始まる」
06年もいよいよ終わりに近づいてきました。今年のあなたの人生のバランスはどうでしたか？新しい年に向けては、どんな「ライフバランス」をイメージしていますか？
最近よく耳にする言葉に、「ワーク・ライフバランス」というものがあります。仕事とプライベートのバランスですね。女性なら、恋も仕事も、ということも。確かに、恋と仕事は人生の中でも大きな割合を占めるものですが、人生は仕事とプライベートだけでなく足りません。たとえば健康やお金、人間関係、環境や遊びの要素なども、できるならバランスよく取り入れたらいいというのが多くの女性の正直な気持ち。それを全体で実現するのが「ライフバランス」です。

ところが、バランスをとるのはむずかしい、全部を手に入れるのは贅沢だと、初めからあきらめてしまっている方が本場に多いものです。私のセミナーやコーチングを受けに来る方の多くは、人生のバランスが崩れているけど、どうしたらいいかわからなくて焦ってしまつ」と感じていたり、他のみんなはどつしているの？」と周りのことが気になったり、人と比べて私って、変？」なんて思ったりしています。あなたはいいかがですか？
もし、周りが気になつてどつたらいいかわからない、と思つているのであれば、「本当はどつしたいのか」と問い直してみることをおすすめします。自分がどつしたいのかわからなければ、どつたらいいかの答えを見つけることは大変になります。ですから、「どつしたい」といつ自分の気持ちを決定せず、素直に認めてあげましょう。

Profile 小倉美紀さん



エナジー・コーチ。米国CTP出身の唯一の日本人女性コーチ。04年、Women's Life Improvement Clubを設立。現在、主に「女性の元気でハッピーを応援する」をテーマにセミナー・執筆活動を展開している。著書に「自分らしくライフバランスを手に入れる（ファーストプレス刊）」Miki Oguraの元気でハッピーのための前向きライフコーチング」ブログ（www.mikiogura.com）。

欲しいものを否定すること、欲しいと思う自分を認められないことは、せつかくの人生を、つまらないものにしがちです。間もなく迎える新年は、新しいスタートの絶好のチャンス。07年のあなたのライフバランスには、仕事や恋のほか、どんなものがどれだけ入っていて欲しいか、考えてみてはいいかがでしょうか。すべては、心で願うことから始まるのです。



テレビで1日1万台の大ヒット！
本格脱毛も、美顔もこれ1台！

フォトレーザー

有効な光を当ててケアするフォトと、全身脱毛ができる高機能レーザーを1台に！目元への利用もOKです。

【商品番号】20902
サイズ縦17.5×横4.0×高4.5cm
<http://otoryose-n.avi.jp/SHOP/20902.html>

価格: 38,100円
(税込 / 送料無料)



プロのモデルが撮影中に
寝てしまうほどの心地よさをあなたに！

化粧品メーカーが開発した お肌に優しいお布団 シングル

マシュマロのようなふわふわ感と天然植物コラーゲン配合の心地よい肌触り！素肌で眠りたいお布団です。

【商品番号】21102
カラー/パナラ・ピンク・スカイブルー・ミントグリーン

<http://otoryose-n.avi.jp/SHOP/21102.html>

価格: 5,229円
(税込 / 送料無料)



通販ロングセラー！電池も美容液も
不要の美白&小顔の簡単エステ

半導体ビューティーローラー フェイス用

二重アゴや首のたるみ、シミやシワを電気で消滅？2種類のヘッドと半導体その秘密！一日わずか9分でOK！

【商品番号】21002
<http://otoryose-n.avi.jp/SHOP/21002.html>

価格: 13,400円
(税込 / 送料無料)



あの海外のセレブが、
大女優の赤ちゃんに贈ったギフトセット！

リトルゴートミルクギフトセット

デリケートな赤ちゃんの肌もすべすべに！その品質の良さと安全性が、大人にも大人気！ギフトにも最適です。



【商品番号】21202
内容/オイルソープ・シャンプー&ボディウォッシュ他計5種類

<http://otoryose-n.avi.jp/SHOP/21202.html>

価格: 10,500円
(税込 / 送料800円)



年末年始の
すっきり作戦
お手入れ編

おうちでできる
びと磨き
明日もスツキリ美人になれる