



サンパダンサー
ほのかさん(22歳)

ほのひなサンバ
インスタグラム配信中



サンパダンサー
ほのかさん
ひなのさん

学校や友人関係で悩んでいた心の全てをサンバが包み込んでくれた

レッスンで流れる音楽はブラジルの太陽のように眩しく、心をかき乱すリズムでいっぱいでした。つまらない人間関係に悩んでいた心を解放し、心の奥にずっとくすぶっていた「何かに夢中になりたい」という想いを掻き立てました。回を重ねるごとに自分の殻が少しずつ破れていくのを感じました。日常で押し殺し

きっかけは「母」の言葉

五人兄弟の長女次女の私たちは小学生の頃、漠然と「何かやりたいな」「ダンスかな」と思っていました。しかし母は「どうせやるなら誰もやっていないサンバはどうってとも似合うと思うよ。」母はいつも私たちの可能性を信じる提案をしてくれます。



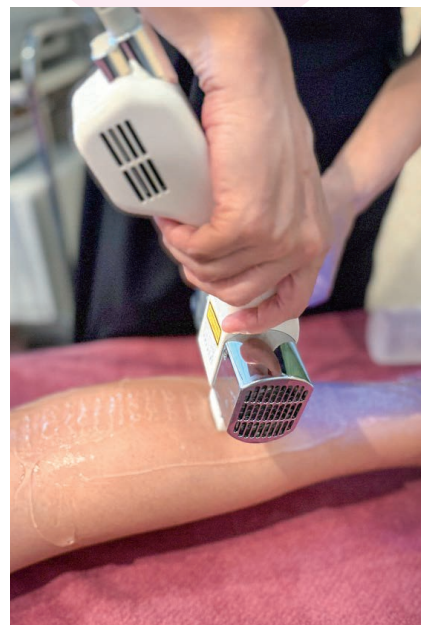
サンパダンサー
ひなのさん(19歳)

ほのひなサンバ
スケジュール

8月9日・10日 下北沢盆踊り
8月23日 たたら祭り
8月30日 浅草サンバカーニバル
9月15日 八幡神社例大祭
10月4日 東中野秋祭り
10月19日 湖北サンバまつり
11月22日 沖縄サンバカーニバル

学生限定!

キレイをつくる今!



今日は我孫子市にあるサロン「ブーケ」の光脱毛プランの体験コメントをいただきました!

中学生の僕が脱毛のリポートを頼まれた時「え?脱毛って女子じゃなくて?」と違和感がありました。でも半ば強引にサロンへ到着。最初に保護者の同意、カウンセリングを受けてから、今回は光脱毛にチャレンジすることにしました。

光脱毛は黒い色素(メラニン)に反応する光エネルギーを利用して毛根にダメージを与え、毛の再生を抑制する脱毛方法です。メラニンは光を吸収すると熱に変換されます。毛根にその熱が伝わり、毛の再生が弱まる仕組み。だいぶ化学の世界です。今回は母のすすめもあり、すね、ふくらはぎの脱毛に挑戦しました。

冷たいジェルが肌に当たると、次にパチッと熱感が伝わってきました。

施術スタッフさんが「これ痛い?」と何度も聞いてくれました。最初は弱い光から徐々にエネルギーを上げていくそうです。僕は「痛い」という感覚よりも「少し熱い」という印象を受けました。

四〇分ほどで全てが終了しました。終わった後は肌が熱い感じがしましたが、痛みは感じませんでした。膝下に生えていた毛はツルツとしていました。光脱毛は回数を重ねるごとに徐々に効果が高くなるようです。

会計の際に「学割」が八月から開始する説明を聞き、驚きました。今回の膝下は4400円でしたが、来月から小学生・大学・専門学生は全て一割引になるそうです。

もしかしら脱毛は早めに開始する方がお得なのかもしれません。



体験レポートご協力
ありがとうございました

学割特典

光脱毛
全メニュー 10%OFF

小学生以上 腕ヒジ下
通常3,300円 3,000円(税込)

ブーケ
Bouquet

☎ 04-7184-4108

我孫子市我孫子4-3-20
ヴィアスクエア2F
木・日・祝(定休日)

読者プレゼント

応募方法 郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・欲しい品物を明記し、9月末日(郵送は当日消印有効)までに、下記の宛先までFAXまたはE-mailにてお申込みください。当選者の発表は発表をもって代えさせていただきます。

宛先 / 「きらんVol.3プレゼント」係 E-mail: info@msjp.co.jp FAX: 047-311-7200 ※ご記入いただいた個人情報は、プレゼント商品等の発送にのみ使用いたします。他の目的には使用いたしません。また、皆様のご意見はより良い誌面作り役立てさせていただきます。

※当 応募は一世帯で1通までとさせていただきます。それ以外は無効とさせていただきます。

ユニテッド・シネマ 特別招待券
提供: UNITED CINEMAS



ペアチケット5名様
※提供元の詳細は左の広告をご覧ください。
※全国のユニテッド・シネマとシネプレックスでご利用いただけます。
※裏面の詳細をご確認の上ご利用下さい。

子宮頸がんの現状

子宮の頸部という子宮の出口に近い部分にできるがんです。若い世代の女性のがんの中で最も多くを占めています。日本では毎年、約1万人の女性がかかっています。予防にはワクチンと定期的な検診が重要です。(厚労省HPより抜粋)

皆様に愛されるクリニックを目指しています

医療法人緑生会
あびこクリニック

千葉県我孫子市我孫子4-3-25
FAX: 04-7184-1321
TEL. 04-7184-0321

診療科 ●産婦人科 ●内科 ●小児科 ●乳腺外科

- 産婦人科・内科(金曜午後・土曜午後は休診)・小児科 ※日曜・祝日休診
【診療時間】月曜日～土曜日 / 午前 9:00～12:00 午後15:00～18:00
【窓口受付時間】午前 8:30～11:45(初診11:30) 午後14:00～17:30(初診・再診17:30)
【Web受付時間】午前 7:00～10:30 午後13:00～16:30
- 乳腺外科は完全予約制(火・水・木・金・土・午前診療)
【診療時間】午前9:00～11:30

※詳細情報はHPをご覧ください。

ずっとあなたと
あびこクリニック

Abiko Clinic

耳つぼ刺激で、代謝アップ&ストレスケア

3ヶ月-10kgも夢じゃない!

ブルーローズ 山田祥子 アシレレイ/山口優希

※詳しくはP4の記事もご覧ください

2店舗共通メニュー

- ・耳つぼダイエットカウンセリング180分 3,300円
- ・耳つぼジュエリーカウンセリング60分 3,300円
- ・腸活カウンセリング60分 3,300円

美と健康の相談室
ブルーローズ

我孫子市並木7-15-2
営業時間 9:00～19:00
(時間外対応可)
定休日 不定休
日曜日も営業します
TEL 090-4524-5147

ダイエットサロン
アシレレイ

柏市手賀の杜3-7-13
営業時間 9:00～20:00
(時間外対応可)
定休日 不定休
TEL 070-2312-8219

アシレレイ/山田祥子

サマーキャンペーン
カウンセリング&
耳つぼダイエット施術体験
通常3,300円-無料!
有効期限:2025年9月末まで

**あびこクリニック
プール(期間限定)**

理事長先生
おすすめ



神尾加代子 82歳 詩人
日本詩人クラブ
日本現代詩人会
千葉県詩人クラブ会員
著書「水たまり」「鬼のくる夜」
「ちぐらとうとう」

朝顔 神尾加代子

夏が去った夜明け
閉じられた
まつげのゆれる気配にさえ
たちまち目覚めてしまう
青空がその寝乱れた姿を
整えないうちに
ながく細いつる指を
すばやく動かして
もう自分の空の居場所を
縫いあげている
朝のひかりに濡れながら
淡い花衣は
わずかな生を慎み深く
丁寧にひっそりと
薄明に開いて
どこまで渡って行けるのだろう
あなたの唇からもれる
吐息のように
心の悲哀をにじませながら
ほらね
もう花は決別のはじまりを
知って
今日という一瞬を
通り抜けていったのです