女性のためのお坊さんコラム

ミスはチャンス

南無阿弥陀仏
浄土宗本院・田中孝道

心身ともに大変な今年ですが、大喜びの出来事がひとつ。ついに、ドジャーズがワールドシリーズで勝利しました！ 思えば二〇一七年はアストロズに、二〇一八年はレッドソックスに、昨年はディヴィジョンでナショナルズに、いずれもドジャースタジアムでの敗戦。くやしい思いを重ねて迎えた今年のシーズンでした。

中でもドジャーズ二勝一敗で迎えたワールドシリーズ第四戦、憶えてらっしゃいますか？ 七対六の一点リードで迎えた九回裏。二死一・二塁でフルカウント、投球と同時にランナースタート、センター前にポテンヒット、ランナーを気にして外野手テイラーがボールを後逸、二塁ランナー生還、同点は仕方ない、が！ 一塁ランナーもホームへ、ボールは中継から捕手へ！と同時に何とランナーが転んで慌てて三塁へ戻ろうとするも、クロスプレイを予期して慌てたのでしょう、送球を捕手スミスが取りこぼす！ 投手ジャンセンはカバーに間に合わず、ボールが転々とする間にランナー生還、サヨナラ負け。最悪の負け方にテレビの前で私、茫然自失（多くの皆さまも同じでしょう）。

ただ、ここからのドジャーズはたくましかった！ 見事に第五・六戦を取り、優勝！ 思えば、第四戦の負け方が良かったのだと考え直しています。例えば、きれいに逆転ホームランで負けたなら「打った相手が良すぎた」とあきらめもつきますが、反省は残りにくいものです。ところが、自分のエラーが重なって負けることは、相手が上というより自滅です。ポテンヒットはしょうがない、野球というゲームの一部。それよりも自分の目の前のことに集中し、「取ってから投げる、すぐにバックアップに走る」等、一つ一つの動きを注意深く行うことの重要さを教えてくれます。このことは私達の生活にも当てはまると思います。自分がミスした時こそ大事。これからの人生で、目の前で起こる一つ一つに心を砕いて取り組むことを改めて学ぶチャンスなのだと思います。

6時間の仏教法話
DVD 3枚組

仏さまの教えに
触れてみませんか

浄土宗本院
Web: jodoshuna.org
Tel: (213) 346-9666
Email: info@jodoshuna.org

ラベスト広告のご案内

ディスプレイ広告 $225 ～
初回お試し 1/2 ページ広告：$350
クラシファイド広告 $15 ～
デコクラシファイド（名刺広告）$75
めるまが広告 $40 ～など

動画制作

YouTube などに載せる動画制作を承ります。
商品やお店の CM、クラス、セミナー紹介など。
内容をお知らせいただければ料金の見積もりをお送りします。

ラベストネットショップ通販

基本料金：$30 ＋売れた場合のみ手数料

お問い合わせはお気軽に♪
Tel: 301-538-4122
Email：lovest@lovest-la.com

からだの内側と外側から理想を叶える
日本製・最高級アンチエイジングケア

ヨシキリザメの天然ふかひれのみが持つ、
3つの美容・健康成分と日本国産アコヤ
本真珠のミネラル豊富な真珠層を配合

一般的なコラーゲンサプリの
最大 43 倍の吸収率
だから感じる違い、肌の調子、
髪や爪のツヤ、老化防止、関節の健康

日本製
Shark Fin Collagen
Pearl Plus
30 packs / $120
飲むサプリ・リンゴ味

Holiday Gift 12/31/20まで
期間中、ふかひれコラーゲン1箱
お買い上げ毎に5本入りギフト
ボックスを1箱プレゼント！

銀座トマトが誇るアンチエイジング原料
バラプラセンタ®エキス（世界パテント）と
6種類の幹細胞エキス、3種類のヒアルロン酸を
配合した、“つまめる” 濃密ジェル

美白・シミ取り効果あり
日本製
160 ml / $52

これ1つで驚きの肌へ導く
オールインワンジェル

GINZA TOMATO
Web: ginza-tomato.us
Tel: 310-579-9705 E-mail: ginza-tomato@majestic-us.com
Follow us on Instagram! (ginzatomatousa)
取扱店リストはWebをご覧ください: ginza-tomato.us/pages/dealers

エネルギー代謝を促進する栄養素がたっぷりのきのこでこの冬も冷え知らず。

さまざまな体調不良の原因となる低体温や血行不良

「冷えは万病の元」という言葉があります。冷え性は血行不良に由来するので、ほとんどの場合、肩こりや頭痛、だるさなどの症状を伴います。女性の場合は特に卵巣の血管が細くて血行が悪くなりがちなので、不妊症や月経痛、月経不順の原因にもなります。また、冷え性は慢性的な低体温症にもつながります。体温が1度下がると内臓の機能が低下し、免疫力も30％下がると言われているので必然的に病気になるリスクが上がります。

がん細胞が最も増殖する温度は摂氏35度とも言われており、このことからも「低体温は大病を引き起こしやすい」と言っても過言ではありません。

また、血行が悪いと身体のすみずみの細胞にまで栄養が届かなかったり、老廃物の排出がスムーズにできず体内に溜め込んでしまうため、低体温と同様に、病気のリスクが高まります。

この冬はきのこをたくさん食べて体の中からあったまる！

冷えに悩む方は、身体を温めることと血行をよくすることを心がけることが大事。

そこでお勧めなのがきのこ。きのこは冷え対策に効果的な栄養素が豊富に含まれています。たとえば、便秘を改善すれば新陳代謝が上がり冷えの改善が期待できますが、きのこに豊富に含まれる食物繊維には腸内に溜まった老廃物を絡め取り、また腸壁を刺激することで排便を促する働きがあります。

また低体温を引き起こす原因のひとつである「ビタミンB群の不足」もきのこで補えます。ビタミンB1は糖質の代謝や分解、B2は脂質の代謝、B6はタンパク質の分解や代謝を高める働きがありますが、ビタミンB群を豊富に含むきのこを食べることで体内で効率的にエネルギーを生み出し体温の上昇をサポートしてくれます。

そして、きのこに豊富に含まれるβグルカンには免疫細胞を活性化する働きがあるので、風邪や病気の予防やアレルギーの改善が期待できます。免疫力が上がれば体温も上がりますし、体温が上がれば免疫力も上がっていきます。

このように冷え対策に効果的なビタミンやミネラルが豊富なきのこ。冬場は身体をポカポカと温めてくれる食材を積極的に合わせたお料理を試してみてください。きのこはソテーも大変美味しいですが、きのこに含まれるビタミンB群は水に溶け出しやすいので、炊き込みご飯なら溶け出した栄養素をお米がしっかり吸収してくれます。栄養素を余すことなく摂取できるスープもお勧めです。この冬はきのこたっぷりの美味しいお鍋で暖かくお過ごしください。

きのこと野菜のココット

彩りもよく野菜に含まれるビタミンCやキノコの食物繊維をたっぷり摂れる体を労るシンプルメニュー。レンチンでできるのも嬉しい！

【材料／4人分】
- ブナピー……100g
- エリンギ……100g
- かぼちゃ……1/4個
- カリフラワー…1/4株
- ほうれん草……150g
- ウインナー……4本
- 卵……4個
- 塩・こしょう……少々
- オリーブオイル大さじ2

【つくり方】
① ブナピーは石づきを切り小房に分け、エリンギは長さを半分にし、縦に4等分する。
② かぼちゃは2cm角に切り、電子レンジ（600W）で6分程加熱する。カリフラワーは小房に分ける。
③ ウインナーは小口切り、ほうれん草は長さ3cmに切る。
④ フライパンにオリーブオイルを熱し、②とウインナー、きのこ、ほうれん草を炒め、塩こしょうで調味する。
⑤ ココットに④を入れ、上から卵を割り入れ、ラップをして電子レンジ（600W）で卵が白くなるまで（約2分半程）加熱する。

きのこに含まれる代表的な栄養素を詳しくご紹介

菌活辞典【総集編】

1年間の総まとめ！きのこの栄養素一挙紹介！

毎回きのこに含まれる栄養素を一つずつフィーチャーしていますが、今回はまとめてご紹介。いかにきのこの優れた食品かがわかります！

【ビタミンB群】糖質の代謝に働きかけるB1、脂質の代謝に関わるB2、タンパク質の代謝に関わるB6などを豊富に含有。▶スタミナアップ、疲労回復、筋肉づくり、美肌づくりになどをサポート。

【カリウム】摂り過ぎたナトリウム（塩分）の排出を促進。▶血圧の上昇を抑える。

【オルニチン】肝臓の働きを助け、脂肪を燃焼を促進。▶二日酔いの予防、疲労回復、ダイエット効果も期待できる。

【βグルカン】免疫力を活性化する食物繊維の一種。▶体を守る機能を高めたり、アレルギーの予防改善にも！

【食物繊維】腸内環境を整える。▶便秘解消、血糖値の急激な上昇を抑える、余分は脂肪などを吸着し体外に排出する等、効果はさまざま。

【ビタミンD】カルシウムの吸収率アップ▶骨を強くする。

【GABA】抗ストレス作用を持つ神経伝達物。▶イライラを抑えて神経をリラックスさせたり、質の良い睡眠をもたらす。

HOKTO
Hokto Kinoko Company
カリフォルニア産の無農薬かつ100％オーガニックきのこで健康生活を始めましょう！
ホクトのキノコは、最寄の日系・アジア系スーパーで今すぐお買い求め下さい！
Hokto Kinoko (USA)：hokto-kinoko.com
ホクトキノコ（日本）：hokto-kinoko.co.jp
レシピ（日本）：hokto-kinoko.co.jp/kinokorecipe/
®ホクトくん

ぼくらはみんな必死に生きている!?

読者アンケート

今回のテーマは、「おもしろ川柳2020」。暗い話題が多かった今年。川柳でも詠んで粋に締め括りましょう

＊解説ありで送って頂いた句はそれも掲載しています。

気が付けば　季節は廻り　また冬が
コロナが落着したら片付けようと思って仕舞わないままだった暖房器具が春、夏、秋を過ごし、また冬になったので、仕舞わなくてよかった。【Mさん】

6フィート　好きなあの子に　ハグできず
新型コロナのせいで、いつもハグできていた好きな子にハグが出来なくなって悲しい。【Aさん】

最優秀賞

マスク美人　顔下半分　実はブス
マスクをすると途端に美人に見える私。気付いたけど、顔下半分がブスだったのね。チッ。【Oさん】

唯一の話し相手はアレクサとシリ
自宅待機で一人暮らしなので気軽に言葉を話せるのはこいつらだけです。【Rさん】

※本当にSiriが言った答えです。

年頭に　今年こそはと　誓うだけ
今年こそ痩せようと思っていたけど、結局は明日明日と延ばしに延ばしてたら、コロナ太りで今年もダイエットは成功せず…とほほ。【Jさん】

潔癖症　誘い断り　友が減る
新型コロナの感染が怖く、友達からのお誘いを断り続けた結果、友達が減ってしまった感じがする。【Tさん】

潔癖症　手作りマスクは　要りません
可愛い布を仕入れては手作りマスクを作ってプレゼントしてくれるママ友。人の作ったおにぎりっも食べれない私はつけられません…。【Oさん】

マスク世で　スルーお陰の　ノーメイク
誰にも気づかれないのでお買い物で知り合いにばったり会っても挨拶不要で楽～。【Yさん】

巣篭もりで　消えた日常　カラオケ大会
誰にも気兼ねなく大声で気持ちよく歌える日々はいつ戻ってくるのでしょう（涙）。【Uさん】

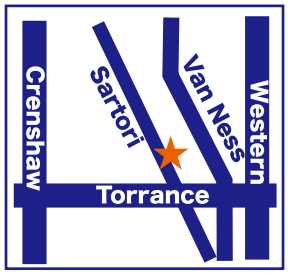
あなたの歯は健康ですか？

・一般歯科・美容歯科（ホワイトニング）・小児歯科・神経治療
・口腔外科・義歯・インプラント・歯列矯正

●各種保険取り扱います。まずはお電話をください。
●お気軽に無料相談にお越しください。

診療時間　月・金・土　9:00am～3:00pm（金・土隔週）
火・水・木　9:00am～6:00pm　休日　日、祝日

ご予約・お問い合せは日本語でどうぞ



Louis F. Yang, D.D.S.
＊カリフォルニア大学アーバイン校学位取得
1991年クレイトン大学歯科部卒

ルイス・ヤン歯科（310）539-9307
1108 Sartori Avenue, #100, Torrance, CA 90501

給付金　ふところ潤い　すぐ消えた
貯金しようと思う間もなく消えた。【Mさん】

ロックダウン　会社ガン無視　出勤命令
ブラック～。【Iさん】

嫁マスク　美人すぎて　惚れなおす
「いつもマスクしてて」と言われ、「馬鹿にしてんのか！」と言い返しました。【Cさん】

無意識で　手袋してても　手を洗う
【Yさん】

きみと僕　コロナなくても　社会距離
家にいるときでも、誰にも命令されなくても常にソーシャルディスタンスの私と夫。【Yさん】

あれあれと　それぞれだけで　済む会話
私たちは70歳代の夫婦。大分前から夫婦間の会話がとても簡素化されてきました。ひょっとしたらテレパシーが使えるほどの仲になったのか？　いやいや完全なる老化現象の現れですね。【Tさん】

オタクなの　だからなんにも　変わらない
ゲームとアニメとSNS好きの女子です。コロナ前から充実したおこもり生活しています。【Kさん】

独り身は　楽だと強がり　もうやめた
いやもう、淋しいとかつまらないの問題じゃなく、一人暮らしに不安が募る毎日です。【Mさん】

オンライン　会議の時だけ　やってる感
在宅仕事は常にジャージでおやつ片手にユーチューブ観ながらやってまーす。【Nさん】

次回のテーマは…
「消したい過去」
これまでとはガラリと違う日常を強いられた 2020 年。これを好機と捉え、嫌な過去はすっぱり忘れて新しい年とともに新しい自分に生まれ変わるのも良いかも！あなたの忘れたい思い出や黒歴史などの笑えるエピソードを送ってね！　採用者全員に「らべにゃんメモ」をプレゼント！送り先：lovest@lovest-la.com　［〆切：1/15/2021］

やっぱり日本のテレビ大好き！

by 本誌 MK

このコーナーでは日本のテレビ番組を、個人的意見も交えながらあれこれ紹介してまいります。少しでもあなたのカウチポテトライフのご参考なれば幸いです。

★ 年末年始の特番をおうちで楽しもう★

外出自粛規制が再び発令され、どうやらこの年末年始は普段の年よりおうちですごす時間が多くなりそうですね。日本のテレビを観る機会も増えそうなので、11 月下旬の現時点で発表されている年末年始の特番を特集してご紹介します！まだ情報があまり出ていないので少なめですがあしからず！

まずは年末恒例番組から。

＊ 12/24 放送『明石家サンタの史上最大のクリスマスプレゼントショー』（フジ）。明石家さんまが電話で一般人と芸能人から悲惨なエピソードを話してもらい面白ければ豪華プレゼントを贈る恒例の番組。私はエピソードより毎回 CM 明けに映る街の風景に紛れる孤独なマツコを観るのが好きです。

＊ 12/20 放送予定『M1 グランプリ』（テレ朝）。漫才日本一を決める M 1。誰が優勝するか楽しみ！もちろん今年も上沼恵美子は審査員を勤めます (^^;;;)。

＊ 12/31 放送『ダウタウンのガキの使いやあらへんで！絶対に笑ってはいけない○○○』（日テレ）。現時点で内容は未発表ですが、アンジャッシュ渡部がこの番組で復帰することがすっぱ抜かれてたので放映は確実。なんだかんだ言ってもやっぱりこれを観ないと年は越せないって感じです。

＊ 12/31 放送『NHK 紅白歌合戦』。今年の目玉は初登場の Greeeen。主要メンバーの本業が歯科医師であることからこれまでテレビには出演しなかった Greeeen がどんな形で登場するのか楽しみ！　嵐は休止前最後の出演。12/31 には嵐のラストライブもネットで世界中に生配信されますよー。

他に『アメトーーク』（テレ朝）の 5 時間スペシャルは 12/30 に放送予定。個人的に絶対見逃せない『やりすぎ都市伝説・冬のスペシャル』は 12/25 放送予定。

スペシャルドラマで注目は、新年 1 月（放送日未定）放送の『逃げる恥だが役に立つ・がんばれ人類！新春スペシャル』。みくりと平匡結婚を決めたところで終わった連ドラの 4 年後を描きます。

《PR》Sankaku Connection（下広告）の日本語 TV チューナーなら見逃した番組も 2 週間分視聴可能！

日本のテレビ 42ch 視聴できる！
アンドロイドでも！
リアルタイム
2 週間分録画
モニター 2 週間
無料
キャンペーン実施中！
半年プランご契約で
1 ヶ月無料！
年間プランご契約で
2 ヶ月無料！
オープニング特別価格
キャンペーン実施中！
使用料は月々たったの…
$25~
カラオケも
できる！
新規 1 年契約で
4 ヶ月視聴料が
無料！
＊本体価格 $50
Sankaku Connection
お申し込みはウェブサイトから
www.sankakuconnection.org
または日本語でお気軽に (808)722-1835
10am-6pm（西海岸）
info@sankakuconnection.com

魔女ともえの秘法カバラ数秘術 2020年 2021年 12/1〜1/31

嘗て選ばれし者にのみ伝承された世界最古の叡智であるカバラ。
その神秘を用いた、数に宿る霊力を解き明かす数秘術により導き出される
Life Path numberから読み解くあなたの運勢。
COVID-19被害に遭われた皆様に心よりお見舞い申し上げます。皆で乗り切りましょう！

Life Path number 9
腹八分目、好い加減、で運氣 UP！

この時期は、自分に対しても他者に対しても完璧を求めないほうが心地好く過ごせます。何事も腹八分目に抑え、"いい加減"ではなく、八割OKなら上出来だという感じで"好い加減"を意識することで、ゆったりとした波動を保つことが出来、それが運氣 UP に繋がるでしょう。

【開運】二八蕎麦。自宅で寛ぐ。

Life Path number 6
自分優先のスタンスでグッドラック！

他者のことを思いやる気持ちはとても大切ですが、この時期は敢えて自分優先のスタンスでいるほうが幸運を掴み易いので、遠慮せずにまずは自分を優先し、併せて他者のことも思いやるという順位を意識しましょう。但し、自分優先と自己チュウは違いますので、注意しましょうね。

【開運】ナッツ類・シード類。筋トレ。

Life Path number 3
損して得取れの精神で幸運ゲット！

今は投資の時期ですので、この時期に結果を求めるのではなく、焦らず長い目を持ち、長期的な視点で動くことで、将来的な幸運へと繋げていきましょう。まずは自分からエナジーを出すことにより、それが巡り巡って自分のところに望む結果を齎すという宇宙の法則が働くでしょう。

【開運】羽。遠方の人との交流。

Life Path Number の出し方
＊誕生日の年、月、日をそれぞれ1桁までバラして足し、最後に1桁にする。
（11 と 22 はそのままにする）
例：1933 年 12 月 23 日生まれの場合
（年）1+9+3+3=16 → 1+6=**7**
（月）1+2=**3**　（日）2+3=**5**
年月日を足す：7+3+5=15 → 1+5=**6**

㊟ 近年、年月日を各一桁になるまで計算せず、年月日を通して足す世俗的方法が流布した影響で、33 以上のゾロ目も扱う風潮にありますが、魔女ともえにそれを否定する意図はありませんが、カバラ本来の解釈としての数霊に基づいた伝統的計算方法を採用しています。

Life Path number 11
地道な変化が基石となる時期！

ガラっと人生が変わることで一気に大きく飛躍することも出来ますが、この時期は地道な変化こそが後の飛躍に繋がる暗示です。小さな事柄に着目し、少しずつ改革・改善していくことに尽力すれば、その地道な変化が基石となって、将来的に大きな成果となって顕現してくるでしょう。

【開運】お城・歴史的建物。YOGA。

Life Path number 7
意欲的に動くことでチャンスをゲット！

この時期は、2021 年本格始動の前に、今年やり残したことをなるべく減らす方向で動くことを意識し、来年にチャンスの扉が開く準備をしましょう。To do リストを作成し、無駄なく計画的に動くことで、セルフマネジメントすれば、更に自分のエナジーを整えることが出来るでしょう。

【開運】時計。ウォーキング。

Life Path number 4
ルーティーンな事柄の中にラックが！

同じことの繰り返しは、時にとても退屈ですが、この時期はその中にこそ幸運の種が隠されています。同じことを繰り返し出来るという状況は、視点を変えてみれば、とても感謝なことであり、繰り返しによる"積み重ね"というエナジーが、幸運を呼び込む原動力となり得るのです。

【開運】ミルフィーユ状のもの。家事。

Life Path number 1
新たな決意に向けた断捨離の時期！

この時期は、次なるステップへと向けて不要なものが削がれていくエナジーが活性化していますので、ご自身でも要らない物や事柄、環境を手離していくことにエナジーを注ぎましょう。そうすることで、何が本当に自分には必要なのか、どういう生き方が一番いいのかが判るでしょう。

【開運】柑橘類。断捨離・ダイエット。

Life Path number 22
自分らしさの追求でグッドラック！

同調や協調は人との関わりに於いては重要なファクターですが、この時期は、自分らしくいることで開運します。他者からの自分の見え方や世間一般の多数意見に固執せず、自分としてはどうなのか、を優先し、自分を大切にすることで、他者との関係性もより好い方向に向くでしょう。

【開運】カスタムメイド。瞑想。

Life Path number 8
臨機応変な対応でフレキシブルに！

想定外なことが起きても慌てず臨機応変に対応すれば、運氣は保たれます。この時期は、プラン通りにいかないことに遭遇する可能性が高まりますが、それは宇宙が用意してくれたフレキシビリティーの学びという有難いチャンスなのです。それを活かすことで幸運の扉が開きます。

【開運】ピアノ曲。クッキング。

Life Path number 5
コミュニケーション力を養って開運！

この時期、伝えることの大切さを実感する場面を多く経験するでしょう。この時期は、"一言多いかな"と遠慮せず、逆に"言葉が足りないかな"と注意を払う様にし、言わなくても分っていそうなことも含めて、コミュニケーションを大切にすることで、友情や愛情が深まるでしょう。

【開運】クロスワードパズル。SNS。

Life Path number 2
小さなことにも着目することで開運！

普段なら気に留めないで通り過ぎてしまう事柄の中にこそ、幸運の種が隠されています。この時期は特に、いつもなら気にしないこと、重要視しないことにこそ意識的に目を向けてみましょう。小さなヒントが大きな成功へと繋がる扉を開けてくれる最初の一歩となっていくでしょう。

【開運】大豆・大豆製品。小さな親切。

☽✡魔女ともえのプロフィール✡☾

魔女ともえ
スピリチュアル・アドバイザー

ユタ州魔女スクール卒の全米初の日本人魔女（白魔術）、チャネラー、カバリスト、ガイド、エーテリック及び直傳靈氣ヒーラー。

ヘリコプター（事業用）と小型機（自家用）のパイロット及び航空座学教官ライセンス（FAA）、華道教授（龍生派）、日本の中学校教員免許（英語）を保持。

Weekly LALALA さんに「スピリチュアル物語・相談」連載中。

特徴的な前髪と長い髪。趣味は料理。オヤジギャグ・ダジャレ好き。

☽✡魔女ともえ✡☾

Web：www.majotomoe.com
お問い合わせ：majotomoe@gmail.com

【活動内容】

- ✡ 完全予約制 Skype セッション　$75/60 分
- ✡ メール相談　3 コースあり　$11　$22　$33
- ☆本誌に「秘法カバラ数秘術」、Weekly LALALA さんに「スピリチュアル物語・相談」連載中
- ♥不定期のスピリチュアル クラス・白魔術教室・スピリチュアル ツアーの開催
- ♥著書「地球に生きる宿命を光に変えて」、オーラスプレー、開運グッズ、等の販売

Amazon Japan ¥1,944
紀伊國屋書店 Web Store ¥1,944
魔女ともえ直売 $15

【承っているご相談】＊守秘義務厳守

- ✡チャネリング
  運氣全般、使命、守護存在（守護霊）、等。
- ✡過去世リーディング
  過去世と今世に持ち越した宿題。
  現世の人間関係のご縁。
- ✡オーラ診断
  オーラの色とその意味。
- ✡コード カット・カルマカット
  男女間のコード、過去世や先祖からのカルマ、のカット。
- ✡悩み相談、愚痴・人には出来ない自慢話の聞き役
- ✡インナーチャイルド ガイダンス（自己受容）
- ✡浄化、ヒーリング、パワー チャージ（エナジー チャージ）、プロテクション
- ✡カスタム メイド白魔術
- ♥霊感商法・洗脳・法外な追加料金無し！

l'ovest 掲示板

◆国語教室◆
◆コンピュータ教室◆

『国語教室』では、一人一人にあったカリキュラムで進んでいます。お子様の日本語維持にお役立てください。(Web ページをご覧ください)

『コンピュータ教室』では、シニアの方も楽しく学んでおられます。初心者のための教室です。お気軽にご連絡ください。お問い合わせはＴ＆Ｋ教室洋子まで。場所 : South Orange

電話 : 949-542-7197

E-mail: tk.yoko.class@gmail.com

Web: tkyokoclass.wordpress.com

◆ナチュラル手作り石鹸◆

天然素材だけをつかって作られた石けんやお肌と体にやさしいナチュラルな製品だけをあつかっているオンラインショップです。

www.aroma-sunshine.com

＊縮毛矯正スペシャル＊

S: $180 M: $200 L: $220 日本製品

(Cut, Styling, ダメージケア込)

＊＊＊ツヤ＆サラサラヘア＊＊＊

205 S. Mission Dr. San Gabriel

626-282-2842

ヘアスタジオ アルファ

オーラリーディング
ワンマインド・ヒーリング

★オーラから守護霊、前世、亡くなった人、思考パターンなどリーディングします。対面 / 遠隔（LINE 等）セッション可★セッション 場所：Camarillo, San Diego, 日本 ★詳細は HP をご覧ください。www.auraspark.com

★ Email: yokosaito333@gmail.com

▼美容師募集▼

フルタイム又はパートタイム
ライセンス経験要。新規客多し。
ビザサポート有。ウェストサイド。
ヘアーエポック 310-391-1568

小さな引っ越し、
大ききな引っ越し

ソファー、冷蔵庫等単品輸送は $70 から。体の不自由な方の大きなお買い物のお手伝い、病院等の移動、また、粗大ゴミの処理も致します。

ウイークエンドサービス：310-817-9307

★ IH ヒーリング・レイキ★

直感カウンセリング･IH のセッション。自分らしく生きる道を選ぶためのものです。詳細は HP をご覧頂くか、メールでご連絡下さい。

http://www.angelicsmile.online

E-mail: angelicsmile.michiko@gmail.co

クラシファイドご利用方法

クラシファイド・申込方法

■ **料金 1 回 15 ドル：**タイトル 10 文字＋ 16 文字×５行まで（英文、数字は２文字で１マス）＊以降１行追加ごとに３ドル ＊画像：１点に付き８ドル

♥左ページの名刺サイズデコクラシファイド：$75（詳細はお問合せください）

■ 締め切り：奇数月の 10 日。＊スペースの都合により次号持ち越しの場合あり。
■お申し込み下の用紙に必要事項と内容を記入し、料金分のチェック、またはマネーオーダーを同封の上、下記まで郵送してください。
＊クレジットカードの場合はお電話で：310-538-4122（カード手数料が料金の５％かかります）

送り先： **l'ovest 16901 S. Western Ave. Suite 106, Gardena, CA 90247**

E-mail でのお申し込みは classified@lovest-la.com まで内容（文と画像）をお送り下さい（フォーム不要）。追って金額とお支払い方法を返信します。

cut here

Name

Address

City State Zip

Phone

E-mail

セクション（お選び下さい）：□求人 □ビジネス
□美容／健康 □教授 □仲間 □その他

※当社は掲載された広告内容に関して、一切の責任を負いかねます。
※ We do not accept responsibility for ads appearing on this magazine.

オンラインショップ www.lovest-la.com
ラベスト読者だけにお届けする “いいもの”通販

ショッピングもままならない
今年のホリデーシーズン。
そこで今回だけの特別価格の商品や
新商品をたくさんご用意しました！
ここに掲載できない商品もたくさん
あるので、ぜひネットショップも
チェックしてくださいね！
lovest-la.com/shop

ホリデー SPECIAL!

今年１年よーく我慢した自分にご褒美！大切な人へのプレゼントにも！

お買い上げの方全員に、12/20 まではホリデー柄、それ以降 1/31/21 までは違う柄の可愛い不織布マスク３枚セット、さらに PMAI 様ご提供「クラシエ・いち髪ヘアケアサンプル」をプレゼント！※なくなり次第終了

Defying Gravity
ペット用 CBD オイル (30ml)
特別価格 $35　送料：無料！

CBD オイル 150 mg 配合。アレルギーや関節炎、加齢による食欲減退や消化不良など、ペットの悩みに対応した CBD ペットオイル。オメガ３が豊富なアラスカ産サーモンオイルを加えました。ナチュラル成分のみでお作りしてます。ペットの心の痛みやストレスも和らげてくれます。

Defying Gravity
CBD オイル配合ペイン リリーフ・ロールオン (90ml)
特別価格 $25　送料：無料！

CBD300mg 配合、ラベンダーオイル、ユーカリオイル、アボカドオイル、ミント配合。痛みに効果的な CBD オイルで肩こり、筋肉痛、腰の痛み、関節炎など、集中痛みケア。辛い痛みに深く浸透し、即効で痛みを緩和します。患部に直接ロールオン！

Defying Gravity
CBD オイルカプセル(30caps)
通常 $60→$54 送料：無料！

１錠につき CBD オイル 25㎎配合の飲みやすいカプセルタイプ。さらにココナッツオイル由来の MCT を加え、より体への吸収をアップしました。日々の体調管理や代謝アップで体力の向上に。集中力もアップしますので、ヨガやスポーツの前にもおすすめ！

Defying Gravity
CBG オイル・エキス (30ml)
特別価格 $40　送料：無料！

CBG エキス 500mg 配合。リラクゼーションと免疫力アップの効果が期待できます。飲み物やお食事に混ぜたり、直接お飲み頂けます。うれしい美肌効果も。毎日のお手入れの最後にお使い下さい。
フレーバー：
オリジナル、ブルーベリー、ウォーターメロン

CBD はミラクルオイル？
麻の生命力をあなたの生活力の向上に。

最近アメリカの美容・健康業界で大ブームとなっている『CBD』。これは麻成分の一つの天然物質・カンナビノイドの一種で、自然療法として利用されています。「どんな人にもおすすめできるもの」と言われる CBD。その理由として、人間（とほとんどの動物）の体内には元々「ECS（エンド・カンナビノイド・システム）」という身体調整機能が備わっており、その受容体 に CBD が直接的に働きかけることで、ECS 本来の働きを取り戻すことができるからだと言われています。

ECS ＝身体調整機能ってナニ？

前述のようにほとんどの動物が地球上で生きていくために本来から体内に持つ ECS は、食欲、痛み、免疫調整、感情制御、運動機能、発達と老化、神経保護、認知と記憶などの機能をもち、細胞同士のコミュニケーション活動を支えています。最近の研究では、外部からの強いストレスを受けたり、加齢に伴う老化によって、ECS の働きが衰え、いわゆる「カンナビノイド欠乏症」になると、様々な疾患に繋がることが明らかになってきました。

2017 年時点で世界保健機関 (WHO) は、カンナビノイドによる癌や AIDS などの病気が進行した段階での吐き気や嘔吐への治療効果、また、喘息および緑内障の治療、抗うつ薬、食欲刺激薬、抗痙攣薬および鎮けい薬として、管理下臨床試験によって実証されているとしています。

老化＝「カンナビノイド欠乏症」！？

ここまでの説明でもう皆さんお分かりですね。欠乏であれば、それを効果的に補えばいいのです。CBD オイルは植物オイルですので、薬ではなく栄養補助サプリとして簡単に使用できます。CBD なんて得体も知れないし口に入れるのは不安と言う方も多いと思いますが、実はほとんどの日本人は食べたことがあるはず。それは、七味唐辛子に入っているあの大きめの粒です。

今回ご紹介する商品（右枠）はオイルタイプとカプセルがあり、オイルタイプは直接舌下に含んで吸収できます。朝飲めば集中力も高まり仕事やスポーツの向上にも効果的。夜就寝前に服用すれば、深い質の良い睡眠が取れます。またお肌に直接塗っても美肌やアンチエイジング効果も期待できます。

Defying Gravity CBD
ラベスト通販（上）で取扱中
各商品詳細も通販コーナー参照

CBG オイル・エキス（30ml）
$40　送料：無料
フレーバー：オリジナル・ブルーベリー・ウォーターメロン
CBG エキス 500mg 配合。

CBD オイルカプセル（30 粒）
通常 $60 → $54　送料：無料
飲みやすいカプセル。１粒につき CBD オイル 25mg 配合。

CBD オイル配合
ペインリリーフ・ロールオン
(90ml) $25　送料：無料
CBD300mg 配合。肩こり、筋肉痛、腰の痛み、関節炎など即効で痛みを緩和。

ペット用 CBD オイル (30 ml)
$35　送料：無料
ペットの心の痛みやストレスも和らげてくれます。

お肌の内側からも外側からも健康をサポート
天然由来、植物性の素材を 98.6% 使用
使い始めたその日から、いきいきした肌に

光線療法を応用した独自のフォーミュラを採用したアラビダスキンケアは、科学的な裏付けがあり、特許取得済み。体の内側と外側の両方から、お肌の健康をサポートします。即効性と効果の持続性を持ち、使い始めたその日から、お肌の違いを実感。若々しい輝きを取り戻すお手伝いをします。また、皮膚科専門医によるテストおよびアレルギーテスト済みで人工保存料不使用なので、あらゆるタイプの肌にも安心してお使いいただけます。

臨床試験で実証された効果：
＊およそ 90% のモニターが、３週間後には全体的な外見が大幅に改善したと回答。
＊モニター全員が、使用後すぐに肌のうるおいが大幅に改善されたと回答。
＊モニターの 70% 以上が、３週間後に肌のハリが大幅に改善されたと回答。
＊およそ 80% のモニターが、６週間後には肌の輝きが大幅に改善されたと回答。

期待できる効能：
＊大小のシワを改善
＊肌の明るさをアップ
＊肌の色むらを均一化
＊高い保湿効果
＊肌のハリを取り戻す

LifeWave
超お買い得
アラビダトリオ（約２ヶ月分／目安）
通常 $199.95 → $159.95　送料：無料

セット内容：
＊アラビダパッチ 30 枚セット x 2
＊アラビダナイトクリーム 50ml
＊アラビダデイクリーム 30ml

＊効果には個人差があります。説明文は販売元ウェブサイトから引用。お問い合わせ先は P13 の広告をご覧ください。

Tokyo Beauty
Cefine ハーブクリアジェル V プラス(120ml)
通常 $35 → $31.50　送料：$5

いつもより お買い得

くすみをオフしながらビタミンをオンできる新・ハーブクリアジェル。５種類のビタミンと 18 種類の美容成分を配合で透明素肌へ導きます。潤いを与えながら不要な古い角質のみを除去。週に２～３度の使用で OK。手やひざ、かかとにも使えます。合成香料、合成着色料、鉱物油、フルーツ酸不使用 マンダリンオレンジ&柚子の香り。

Scent of Lavender
ラピッドラッシュ まつげ美容液
通常 $49.99 → $40
送料：$6

リピート率ナンバーワン！まつげをぐんぐん伸ばし、細いまつげにボリュームが出るベストセラーまつげ美容液。メーカー直の正規品。※安価な偽物にご注意ください。

いつもより お買い得

LifeWave
幹細胞活性化パッチ
通常 $149.95 → $120　送料：無料！

特許取得の銅ペプチドパッチが老化して衰えた幹細胞を活性化し細胞から若返り、肌、髪、傷や傷跡、免疫力などの回復を体の内側からサポート！

12 月中にお買い上げの方に５本入りギフトボックスをプレゼント！

いつもより お買い得

銀座トマト USA
ふかひれコラーゲン本真珠プラス＋（30 pks）
特別価格 $120 送料：無料！

一般的なサメの８倍のコラーゲン含有量を誇る天然ヨシキリザメのフカヒレを主成分に、アコヤガイの本真珠粉を配合で若い素肌と体をサポート。日本製。

l'ovest
EcoFinest
オーガニックレチノールセラム（60ml）
通常 $26 → $14　送料：$3

肌再生を促進し、シワやたるみの改善効果が期待できる、2.5%高濃度配合のレチノールに、高濃度ヒアルロン酸やビタミン E などの保湿成分をプラス。内側からふっくらとハリのある明るい肌へ。

l'ovest
EcoFinest
オーガニックビタミン C セラム（60ml）
通常 $26 → $14　送料：$3

ノーブランドだから良い品をお安く！毎日朝晩惜しみなく使えるオーガニックビタミン C 美容液。ビタミン E やヒアルロン酸、植物性有効成分も配合し、美白やアンチエイジングケアをサポート。

銀座トマト USA
Chieco
オールインワンジェル
(160ml)
特別価格 $52
送料：無料！

ダマスクローズ由来のプラセンタエキスや植物幹細胞エキス、３種のヒアルロン酸配合で、洗顔後はこれ１本でエイジングケアが完了！日本製。

l'ovest　EcoFinest
いつもより お買い得
オーガニックビタミン C ＋
レチノールセラムセット（各 60ml）
通常 $52 → $25　送料：$6

リーズナブルなオーガニック美容液が２個セットでさらにお得＆送料無料！
朝はビタミン C、夜はレチノールでシミ、シワ、たるみケアは万全！
＊水溶性と脂溶性のため２種類同時には使えません。

l'ovest
内と外からビタミン C セット
ビタミン C 美容液＋スーパービタミン C
通常 $49 → $26　送料：$6

60ml ＋ 90caps

お肌にビタミン C 美容液、体に高品質の脂溶性持続性ビタミン C サプリ！美肌作りと免疫力アップ、アンチエイジングを体の内側と外側から強力にサポートするお買い得セットです。

ご注文はこちらまで
月～金：10am ～ 5pm
TEL: 310-538-4122
週７日 24 時間！
オンラインショップ：lovest-la.com/shop
※表示価格は予告なく変更される場合がございます。

“おうちでエステ”美顔器特集

なかなかサロンに行けない方はおうちでエステはいかがですか？　お肌を磨いてホリデーを迎えましょう！！

l'ovest 直販
LED セラピーフェイスシールド

通常 $75 → $35　送料：無料！

LED フェイシャルが手軽に実現する LED フェイスシールド。ゴーグルタイプで超軽量。目的に合わせて選べる 3 色の LED を搭載。青色 LED は滅菌に優れ、毛穴の汚れやニキビを改善。赤色 LED は細胞生成と肌再生を促進し、小ジワやシミを改善。オレンジ色 LED は表情筋を活性化し肌をたるみや色ムラを改善。1 日 20 分の使用でお肌がイキイキ蘇ります。
＊英語説明書／USB ケーブル
♡ラベスト制作のわかりやすい日本語補足説明書も付いています！

Scent of Lavender 提供
Nuface Trinity PRO

特別価格 $325　税込み＆送料無料！

FDA 認可のマイクロカレントリフティングマシーン。表情筋と皮下組織に働きかけ、たるみを引き締めシワを軽減。肌のキメを整え若々しい肌に導きます。このプロ仕様はデパートやネット取扱の物に比べ 15%パワーアップ。ラベスト通販だけのスペシャルでセントオブラベンダーのまゆみさんによる個別リモート講習 15 分付き！
＊専用ジェル／充電器／英語説明書／1 年間保証付き

l'ovest 直販
4 in 1 超音波ゴールドバーセット w/ ローズクォーターヘッド

通常 $59 → $38　送料：無料！

日本で大ヒットの 24K ゴールドビューティーバーにローズクォーツの目元マッサージヘッドをプラス！　4 種類のヘッド（T 字ヘッド、ローズクォーツ目元ローラー、カーブヘッド、ティアドロップヘッド）でアンチエイジング、小顔作りをサポート！毎分約 6000 回の超音波振動と金の持つ美肌促進機能がるみを引き締め、肌のターンオーバーを整え、ハリと透明感を与えます。
＊金には皮膚細胞の代謝を促進し、活性酸素の除去などの効果が期待できます。

本体、4 つのヘッド、試供用 AA バッテリー 1 本、英語の説明書
♡ラベスト制作のわかりやすい日本語補足説明書も付いています！

Scent of Lavender 提供
ハンディナノミストスプレー

特別価格 $25　送料：無料！

＊写真は使用イメージです。
実際のサイズ：長さ 13cm

肌荒れや肌老化の最大の原因である乾燥を改善するナノミストスプレイヤー。水や化粧水をナノ粒子に分解し、ミストにのせて肌の奥まで浸透させます。超微細なミストなのでメイクの上からも噴霧でき、メイクの粒子を通過してお肌に届きます。髪や体にも！　USB 受電式でセルフォンからも電源を取れます。長さ 13cm のコンパクトサイズで持ち運びも便利。
＊英語説明書／USB ケーブル付き

Scent of Lavender 提供
ローズクォーツかっさ

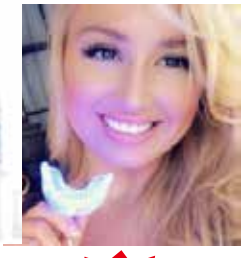
特別価格 $18　送料：無料！

愛と平和の石・ローズクォーツのハート型かっさ。心地よい肌触りのリンパマッサージで血行も促進してスッキリとしたシェイプラインと美肌に導きます。ポーチ付き。

l'ovest 直販
家庭用 IPL 光脱毛マシン

通常 $119 → $79　送料：無料！

ロックダウンで脱毛サロンに通えない方や時間はかかってもいいので自分でリーズナブルに脱毛したい方に。99 万回のフラッシュが可能な長寿命の家庭用 IPL 光脱毛マシン。メラニンに反応して毛根を破壊し、週に 2～3 回の使用から始め、徐々に回数を減らしながら繰り返し照射することで徐々に発毛を抑制。痛みはほとんどなく、腕、脚、脇、ビキニラインなどに使用可能。ラベスト制作の日本語のわかりやすい説明書付き。※あくまでも家庭向け仕様です。サロンでの永久脱毛ほどの威力はありません。



Scent of Lavender 提供
Breach Bright ibright ティースホワイトニングキット

いつもより お買い得

通常 $160 →お試し価格 $86 →さらに 10%オフ $74.40　送料:無料！

米国産、米国特許取得のトレーに組み込まれた 16 個の LED ライトでデンティスト級の歯のホワイトニングがおうちで実現！　高度のブルーライトテクノロジーが、刺激の少ない過酸化カルパミド配合の独自ホワイトニングフォーミュラを活性化。タバコやコーヒーなどによる黄ばみに対し、1 日 30 分の使用で 3～4 日で違いを実感。USB 式でスマホなどから電源を取ることができます。
＜キットに含まれる物＞ LED マウスピースとケース、アプリケーター 3 本、ホワイトニングジェル 3g x 3（1 回上下で 1g 程度使用）＞

ご注文はこちらまで　月～金：10am ～ 5pm　TEL: 310-538-4122　週 7 日 24 時間！　オンラインショップ：lovest-la.com/shop

※表示価格は予告なく変更される場合がございます。

Nami's Skin Care
Schrammek メラホワイト　送料：各 $6

❶デイクリーム
通常 $90 → $81
SPF20 で日中の肌を守りながらアルブチンなどをの効果でしっかり美白ケア。

❷ナイトクリーム
通常 $110 → $99
ビタミン C や植物オイルが夜の間、日中に受けたダメージを癒す。乳液タイプで軽い使い心地。

Nami's Skin Care
Pevoia パワーリペア マリンコラーゲンクリーム (50ml)
通常 $88 → $70　送料：$6

サロン御用達ブランド「ペボニア」を代表するアンチエイジングクリーム。高濃度の海洋性コラーゲン、ヒアルロン酸、黄水仙オイルなどの成分が、しわ、小じわなど気になるお肌に潤いを与え、透明感のある肌へと整える。

Scent of Lavender
Hydropeptide ファーミング ビタミン C マスク（6回分）
特別価格 $68　送料：無料！

サロン専用のリフト＆美白マスク。使用毎に開封する個別パック。シートマスクに付いたドライビタミン C をヒアルロン酸など配合のアンプルでアクティベート。新鮮な有効成分が肌の奥まで浸透！

Nami's Skin Care
Schrammek ジェルスーパーピューリフィアント (50ml)
通常 $41 → $34 送料：$6

目に見えない毛穴の汚れや余分な皮脂までもディープに洗浄するアンチエイジングクレンジングジェル。パンテノール配合でシワや肌荒れを改善。ミントの爽やかな香り。

Nami's Skin Care
Pevoia パワーリペア アイコントア (30ml)
通常 $78 → 65　送料：$6

「ペヴォニア」のアンチエイジング目元美容液。デリケートなアイゾーンを引き締め潤いを与え、小ジワやたるみを修復し減少させ、若々しい肌を取り戻します！

Scent of Lavender
DR. J　グリーン C パウダーキット（1 週間分 x4）
いつもよりお買い得
通常 $160 → $144　送料：無料！

使用直前に手のひらでビタミン C を活性させるサロン仕様の集中ケアキット。アルブチンや肌再生を促すコウジ酸等がシミやくすみ、小ジワやたるみ、毛穴の開きを改善。キメ細かな透明肌に。

Nami's Skin Care
Schrammek スキンエリクサー (30ml)
通常 $41 → $34
送料：$6

グリーンピールの Dr シュラメック人気 No.1 のアンチエイジングセラム。植物性保湿成分ひゃ抗酸化成分、ビタミンなどを豊富に配合。ハリと潤いのある肌へ導きます。

Nami's Skin Care
Pevonia ボディスベルト (200ml)
通常 $80 → $76　送料：$6

脂肪燃焼を促し、肌を滑らかにするグリーンコーヒーなど老廃物の排出作用のある植物エキスが多数配合されたボディスリミングクリーム。

Scent of Lavender
Forloved B3/ 酵素 マスククレンザー (56g)
通常 $35 → $28
送料：$6

パパイヤとパイナップルの酵素からできたエクスフォリエーター。しっとり滑らかなクリームをお肌に塗って 10 ～ 20 分置くだけで老化した角質や毛穴の汚れを除去して明るい肌に！

ライト
クラシック
ハニー

Nami's Skin Care
Schrammek ブレミッシュバーム (50ml)
通常 $62 → $50
送料：$6

グリーンピールを開発したドイツの自然派サロン御用達ブランドが提供する元祖 BB クリーム。肌に優しい処方。

l'ovest
KAZ プラントナノコラーゲン (90caps)
通常 $25 → $20　送料：$3

分子量 600 ダルトンという画期的な低分子化で吸収率アップを実現した植物性ナノコラーゲン。20 種類の必須アミノ酸とキレート・ミネラルを含有。さらにビタミン C 誘導体とヒアルロン酸をプラスしアンチエイジングと免疫アップをサポート。
3個セットは $60 で送料無料！

Scent of Lavender
ハイドロペプチド ソーラーディフェンス SPF30（50ml）
通常 $48 → $44
送料：無料！

自然なベージュ（ティント）でファンデーションの要らない CC クリーム。SPF30 で紫外線から肌を守りながらアンチエイジングスキンケア効果も発揮。

手にやさしい　泡ハンドソープ３色 ３ボトルセット（各 355ml）
特別価格 $20　送料：$5

コロナ予防や赤ちゃんの世話などで何度も手を洗う方、手が荒れがちな方、antibacterial のソープが手にしみる方に。泡のソープでやさしく洗えます。イエロー・グリーン・オレンジの３色をセットで。
「To: From:」のクリスマス用またはギフト用シールをプレゼント

アロマの香りリキッドハンドソープ（各 473m）
特別価格　各 $23　送料：無料！

コロナで暗くなりがちな毎日に。使うたびアロマの香りが広がり、いい気分。

①オリジナル :Tea Tree とペパーミントのさわやかな香り
②ラベンダー&ベルガモット：リラックス効果、抗うつ効果
③タンジェリン：緊張緩和、子供に落ち着きを与える効果
「To: From:」のクリスマス用またはギフト用シールをプレゼント

Satomi's Herb Soap
クラフトナチュラルソープ2個セット
通常 $29 → $25　送料：$5

22 年の歴史から生み出した Satomi's Herb Soap ハーブ石鹸（$15）＆米ぬか入りのホワイトニングハーブ石鹸（$14）のセットです。また、儀式用ホワイトセージをプレゼントいたします。

ご注文はこちらまで
月～金：10am ～ 5pm
TEL: 310-538-4122
週 7 日 24 時間！
オンラインショップ：lovest-la.com/shop
※表示価格は予告なく変更される場合がございます。

KS Global
人毛 100%トップ用 ミニヘアピース
(クリップ 1 個使用)

特別価格 $55 送料：無料！

見た目年齢が 10 歳若返る！ 薄毛はもちろん、生え際の白髪やダメージヘアにお悩みの方にもおすすめ！

【カラー】 #1: ナチュラルブラック
#2: ブラウン #3: ライトブラウン

l'ovest
白髪ヘアラインカバーシャドウ
黒 / ダークブラウン / ミディアムブラウン / ブラウン

通常 $10.50 → $9.50 送料：無料！

備付のパフで生え際をポンポンするだけで気になる白髪をしっかりカバー。髪に優しい植物成分。

Scent of Lavender
ラピッドヘア育毛フォーミュラー

特別価格 $89
送料：無料！

定評のあるまつげ美容液ラピッドラッシュの毛髪版。6 つの育毛成分の働きで 1 日 1 回、清潔な頭皮に使用するだけで約 60 日間の使用で髪のボリュームアップを実感。

おしゃれなマスク・ホールダー
特別価格 各 $20 送料：$5

耳にヒモをかけるタイプのマスクに取り付け簡単で、とってもおしゃれ。マスクを外した時、ネックレスのように首にかかります。マスクは含まれません。ビーズの色や並び等が個々により多少違うことがあります。
①紫、②緑、③赤の 3 種類
「To: From:」のクリスマス用またはギフト用シールをプレゼント

ニューバランス フェイスマスク
3 枚入り お試し価格 $12 送料：無料！

ニューバランスから洗えるマスク登場 !! 軽量で通気性に優れ、お洗濯も可能♪ ボディは 5 層構造で成形可能な鼻パーツとストレッチの効いた耳掛けにより、しっかりとフィットするのもポイントです！いまや生活必需品となったマスクは、高性能かつスタイリッシュなものを選びたいですね。(^-^)

Diamond Space
デザインマスク 3 枚セット＜全 5 種＞
通常 $24 → $19 送料：無料！

ストレッチ素材（ポリウレタンとポリエステルのミックス）を使ったマスク。耳が痛くならないデザインで、ハサミでカットしてもほつれないので大きさを自分で調節することが可能。呼吸が楽にでき、肌触りが良くつけ心地も抜群。何度も洗って使っていただくことができます。

●種類をお選び下さい
①ブラックセット
②ミックスセット
③オレンジセット
④グレーピンクセット
⑤グリーンセット

l'ovest
2way ショルダー／リュックバッグ
通常 $16 → $13 送料：無料！

旅行や大量のお買い物に。超軽量でコンパクトに畳んで持ち運べ、必要な時に取り出して大量に詰め込める便利なナイロンバッグ。学校、習い事、プールにも。2 本のストラップでリュックとして背負えます。カラー：グリーン / ライトピンク

Champion Slippers ①黒 ②赤
特別価格 $48 送料：無料！

デザインが可愛いだけではなく、ふわふわ柔らかコットン素材で履き心地は抜群！ ブランドロゴも印象的で◎ スリッポンなので着脱が楽チンで 靴底は天然ゴムなので室内屋外での着用が可能♪ お家でゆったりとくつろぎ履きや、スーパーやご近所履きにもオススメです！ カラー：①黒 ②赤
サイズ：US 6, 7, 8, 9, 10 (23, 24, 25, 26, 27cm)

www.lovest-la.com
ラベストホームページ＆いいもの通販オンラインショップ

ラベストのオンラインショップでは本誌に掲載できなかった商品も豊富に揃っています！ またホームページでは本誌の過去 2 年分のバックナンバーも PDF 版でご覧いただけます。メルマガ購読や読者プレゼント応募用の各フォームも用意しています。ぜひ遊チェックしてくださいね！

特典いろいろ！ラベストメールマガジン r
月に何回か不定期にお届けします！

メルマガ購読者だけの通販割引、プレゼント、モニター募集、イベント、特別コラムなど盛り沢山！購読登録フォームは上記 HP のトップページにあります。または lovest@lovest-la.com までメールでお申し込みください。

l'ovest
カジュアルジャンパースカートドレス
通常 $39 → $25 送料：無料！

日本の女性には大人気なのに、なぜかアメリカであまり見かけないジャンパースカート。このジャンパースカートは、オールシーズン対応のカジュアルなリネン地（綿混紡）のドレス。秋、冬、春はシャツやブラウスの上に着てジャンパースカートとして、夏はノースリーブのドレスとしてカジュアルに着回せます。胸下の切り替えでスカートに丸みがあるので動きやすさも抜群。ポケット付きの可愛いデザイン。

カラー：紺、黒
サイズ：* 多少の誤差はご了承ください
M (US6) : バスト 94cm 長さ : 114cm
L (US8) : バスト 98cm 長さ : 115cm
XL: (US10) : バスト 102cm 長さ : 116cm

ご注文はこちらまで
月～金：10am ～ 5pm
TEL: 310-538-4122
週 7 日 24 時間！
オンラインショップ：lovest-la.com/shop
※表示価格は予告なく変更される場合がございます。

ラベスト広告スポンサー各社提供

2020年クリスマスプレゼント大会！

今年１年のサポートに感謝を込めて！　各社より超豪華なクリスマスプレゼントをたくさんご提供いただきました！　今年１年、あまり良いことがなかった人もハッピーに過ごせた人も、チャンスは平等！じゃんじゃん奮ってご応募ください！

＜社名アルファベット順※当社を除く＞

① Bellute Beauty Studio

B

(A) まつげパーマ ($95 相当)　３名
プロの技術でくるんとしたまつげに！※有効期限があり（当せん者にお知らせ）

(B)SOOM LAB ナノファイバーマスク（黒）　５名
最先端技術で繰り返し使える不織布マスク

② Defying Gravity

A　B

(A) CBD ペインリリーフロールオン ($25)　１名
肩凝りや筋肉痛を緩和するCBD オイル

(B) CBG オイルエキス / ブルーベリー ($40)　１名
様々な効能が期待できる話題のオイル

③銀座トマト USA

Chieco オールインワンジェル ($52)　１名
希少なダマスクローズエキス配合でスキンケアはこれ１本で OK!

④ Nami's Skin Care

$10 のサロンサーティフィケート　10 名
ナミズスキンケアのメニュー全てに利用可能（商品を除く）。有効期限 2/28/21

④ Tokyo Beauty

ハーブクリアジェル V プラス ($35)　３名
角質除去とビタミン補給ができる大人気のソフトピールジェル。

⑤ Sankaku Connection

ポップアップテント２名
専用バッグから取り出すだけで広がる１～２名用テント。キャンプやビーチなど使い方色々。
* 当せん者は当社でピックアップ

⑥佐藤製薬

(A) エクセルーラ３点セット　１名
佐藤製薬が誇る保湿スキンケア、エクセルーラシリーズから、化粧水、エマルジョン、クリームの超豪華３点セット！

(B) ビタミンネンゴールド　３名
体の栄養バランスを整えるマルチビタミン。

(C) Q10 コラーゲン　３名
内側から若々しさを助ける飲むコラーゲン

A　C

B

⑦ Scent of Lavender

ブリーチブライト歯のホワイトニングキット ($85)　１名
デンティストレベルのホワイトニングが実現。

⑧ラベストいいもの通販

(A) LED フェイスシールド ($79 相当)　２名
３色の LED で本格フェイシャルが実現！※外箱に潰れ・傷があります。

(B) 超音波ゴールドバー ($59 相当)　２名
超音波と金のパワーでお肌の若返りを実現する日本でも大ヒットのビューティーバー。

(C) ビタミン C ＋レチノール美容液セット ($52 相当)　２名
美白とアンチエイジングを助けるオーガニック美容液の２本セット。

(D) さかなのエコバッグ　３名
バッグを畳んで可愛い魚のポーチにしまえるので持ち運びも便利！

応募締め切り：2020 年 12 月 31 日

ご応募はお一人１通限り（重複応募は全て無効）、米国内在住の方に限ります

【応募方法】以下の質問の回答を E-mail、FAX、郵送でお送りください。
ラベストホームページに便利な応募フォームもあります！

ご応募先：■ E-mail: lovest@lovest-la.com　■ FAX: 310-538-4122
■郵送：l'ovest 16901 S. Western Ave #106, Gadena, CA 90247
■応募フォーム：lovest-la.com/giveaway または右の QR コードを読み取ってください！⟶

質問　必ず全問お答えください
①第１希望賞品（番号、あればアルファベット、賞品名
＊例：① A、まつげパーマ）
②第２希望賞品（番号、あればアルファベット、賞品名
＊例：⑥ C、Q10 コラーゲン）
③お名前　④お電話番号（当選のお知らせができる番号）
⑤ご住所　⑥年齢（年代だけでも OK)
⑥いつもラベストをどこでピックアップしますか？
（街とお店の名前　例：ガーデナ、TC）

⑦以下で興味があることをいくつでも教えてください。
1. スキンケア　2. メイク　3. ダイエット　4. グルメ　5. 料理
6. 健康　7. スピリチュアル　8. 占い　9. オカルト（具体的に）
10. 旅行　11. 日本の芸能　12. アメリカの芸能　13.SNS
14.YouTube　15. 文学（具体的に）　16. アート（具体的に）
17. スポーツ（具体的に）　18. その他（具体的に）

＊その他、本誌へのご意見、ご希望、この号の感想、最近の出来事、面白い話、怖い話、次号の「ぼくらは必死に生きている !?」のお題、「消したい過去」におもしろエピソードなど、何でもお待ちしています！

年始号恒例企画
2021年・あなたの運勢

世界中が激変に見舞われた２０２０年。誰もが新しい年の幸運を祈らずにはいられないはず。次号は毎年恒例の年間占いをお届けします。信じる、信じないはあなた次第！…なんですが、とにかく新年あなたにとって幸運と笑顔に満ち溢れた年になりますようお祈りしております！

その他、季節を考慮した企画を計画中です！

開運特集かバレンタイン関連特集か、自粛状況を見ながら後々決定いたします！お楽しみに！

＊掲載内容は中止、変更することもありますのでご了承ください。

お得な情報満載のメールマガジン配信中！

隔月刊発行では網羅できないリアルタイムのお得で耳寄りな情報をお届けしています！登録無料。配信解除も簡単！ www.lovest-la.com のトップページから登録してね。

コロナが落ち着いたら一緒に遊ぼう！40代以上の女性に楽しいことを提案します！

ラベスト・プレミアム倶楽部

大人の女性に、楽しいセミナー、日帰り旅行、いいもの特別通販などをご提案。まだ始まったばかりですが、まずは入会登録してね！詳細は lovest-la.com をご覧ください。

編集後記

へんしゅうこうき

ただただ家に籠もって大人しくしているだけであっと言う間に今年も師走でございますよ。この１年、大変な状況の中、広告主様、読者の皆様、他、スタッフ及び関係者の皆様、温かいサポートをありがとうございました。これを書いている今はまたLA は外出規制が再発されたばかり。「この号を仕上げたら、サンクスギビングも兼ねてどこかでディナーしよう！」と友と交わした約束も反故になってしまいました。どうやら今年いっぱいは引き続き家の中で楽しみをを見つけるしかなさそうです。まあ、もともと一人で家にいることが大好きなので実はあまり苦じゃないんですけどね。しかしネット全盛の世の中で本当に助かりました。暇つぶしから英語翻訳、面倒なお役所系の手続きも全部できる。嵐の生配信ライブにも参加できたし！（大晦日も参加するわよ！） でもその反面、怠惰にになってるのも否めない。暇があれば動画見てます。ネットがここまで発達していなかったら、その分、パン焼きの修行をしたり、筋トレに励んだり、株式トレードの勉強をしたりしてもっと有意義に過ごしてたかもと思う。…いや、私のことだからひたすらゴロゴロしてるか…。いつもここを書いている時は〆切の詰作業真っ只中でくだらないことしか浮かびません。とにかく！来年もどうぞ宜しくお願い致します！

$500 からホームページ制作承ります！
オンラインショップ、オンライン予約システムを
導入した HP ももちろん OK! （別途費用がかかります）
詳細、お問い合わせ・見積もりは 310-538-4122
または design@lovest-la.com までお気軽に！

ダイソーで発見!! キレイ&元気スグレモノ

クリスマスグッズいろいろ

いつもとは全く違う今年のクリスマス。外に出られない分、おうちで思い切り楽しみたいという方も多いことでしょう。ぜひダイソーのクリスマスグッズでホリデー気分を盛り上げて思い出に残るを１日お過ごしください！

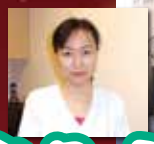
DAISO JAPAN

*Torrance *Irvine *Gardena *Anaheim *Monterey Park *Hacienda Heights *Artesia *Korea Town *Prado Center *Lake Forest *Temple City *Northridge *Buena Park *Chino Hills *Sawtelle *San Gabriel *Mira Mesa (San Diego) *Stanton *Eastgate (Torrance #2) *Bristol Plaza *Lakewood *Arcadia *Garden Grove *Little Tokyo (Galleria Shopping Center) *West Hills *Tustin *Orange *Pavilion Place Huntington Beach *Circle Marina Center *Fullerton* San Dimas *Kearney Mesa (San Deigo) *Rowland Heights *Santa Anita *Oceanside *Ontario *Rancho Cucamonga *National City (San Diego) *Thai Town *Costa Mesa

Nami's Skin Care in Woodbridge, Irvine

脱毛とスキンケアのプロが、
あなたを素肌美人へと導きます

“素肌美人をめざす”



ホリデーシーズンを美しいお肌で迎えましょう

ハイドラフェイシャル

◆Deep Cleansing $160
◆Acne Deep Cleansing $180

シミ、シワ、毛穴、ニキビ…あらゆる肌の悩みに！
ハリウッドセレブも絶賛の最先端ピーリング

従来のピーリングとは異なり水流を利用した FDA で認可されている『ハイドラフェイシャル』は４つの美肌行程を同時に行なう最新のピーリングマシンです。①水流により皮脂や汚れを浮かし毛穴の奥まで洗浄し、手で行う数倍ものディープクレンジングが実現。②最小限の刺激で肌に優しいケミカルピールとエクストラクション。③不要な角質や頑固な皮脂汚れを除去しオイルコントロール。④保湿成分と抗酸化成分を豊富に配合した美容液で肌に潤いを補給しアンチエイジング。不要な角質、角栓だけを除去し、しわやくすみを改善しながら、数年前の若々しくみずみずしい肌を取り戻します。

シミの症例：施術前と施術２日目

小ジワの症例：施術前と施術１ヶ月後

Nami's Skin Care 人気の通常メニューラインナップ

※営業時間、メニューにつきましてはホームページにてご確認ください。

グリーンピール

マスクが原因のトラブル肌にも！

厳選天然ハーブが皮下深部の細胞を活性化させ、新しい肌細胞の生成を促進。新しい細胞とコラーゲン繊維が作られ、皮膚の再生を促します。

【こんなお悩みに】
●ニキビ●黒ニキビ●ニキビ跡の凸凹●シワ●たるみ
●シミ（色素沈着）●肌の老化●日焼け●毛穴●傷痕

5 日間コースアフターピールトリートメント１回付き
＊ホームケアキットなし…$310　＊ホームケアキット…$155+tax

ミニグリーンピール $185　１日コースのお手軽グリーンピール。ディープなグリーンピールが行えない方にお勧め。施術直後のお化粧も可能です。

フレッシュアップピール $165　手軽にグリーンピール体験。お肌を生き生きさせるコースです。

針による永久脱毛

脱毛&毛穴縮小で肌トラブルも改善！

究極の永久脱毛（エレクトロリシス）60 分 /$85~$95
無料コンサルテーション

針脱毛はアメリカの厚生省 FDA が唯一認めた永久脱毛です。針で丁寧に 1 本ずつ処理する方法で、レーザーとは違い、白髪やブロンド、細い毛も確実に脱毛できます。眉毛は形を整えながら脱毛でき、OVI ラインや指、ヒゲや耳下などすべての部位の脱毛可能です。また毛穴からの皮脂の蚊の過剰分泌を抑えるのでニキビ改善などにもオススメです。

濃いヒゲにも

大好評！オキシジェンセラピー

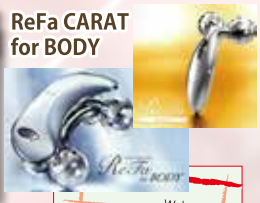
強力な空気圧を利用して、高純度酸素と高濃度美容液を肌の奥まで圧入。お肌の老化を食い止め、透明感とうるおいに満ちた、ハリのある素肌へ。

●Face: $80, $125, $160
●Eye Treatment $90
●Body: $90 ●Hands: $50

エンダモロジー大好評！！

人間の手による痩身マッサージでは不可能な細かい振動が皮下を刺激し、凝り固まったセルライトや脂肪細胞を揉みほぐして体外へ排出。気になる部分を引き締め、ハリのあるスムースなお肌へと導きます。

■フェイスコース $95（リフト／引き締め）
■ボディコース $90（セルライト／痩身／リンパドレナージュ）



ボディラップ各種

●m'lis コントアーボディラップ 75min/$100
●グリーンコーヒーボディラップ 90min/$100

こちらも人気！
＊フェイシャル各種　＊マッサージ各種
＊ボディトリートメント各種　＊ワックス脱毛

ご予約は日本語でどうぞ

NAMI'S SKIN CARE

tel: 949-502-5050

4482 Barranca Pkwy. #180, Irvine, CA 92604

[営業時間／完全予約制] ＊月～木：9AM～9PM ＊9AM～7PM ＊日：休業

WWW.NAMISKINCARE.COM

l'ovest
No. 217 Dec. 1, 2020: l'ovest 16901 S. Western Ave. Suite 106, Gardena, CA 90947 (310) 538-4122

減量中の栄養バランスをしっかり整えて

失敗しないダイエット！

９種類のビタミンとミネラルを同時に摂取できます！ 1日1錠

ダイエット中の食事制限で
乱れた栄養バランスを整え
健康的に理想の体型へ！

骨を作る栄養素

Ca カルシウムの骨への沈着や、腸での吸収を高める

＋

ビタミンC、Dなど

血液を作る栄養素

Fe 胃を荒らすことが少ないフマル酸第一鉄を配合

＋

ビタミンB12、B6など

今、この時期だからこそマルチビタミン

ビタミネンゴールド

sato HEALTHCARE INNOVATION 佐藤製薬株式会社 www.sato-pharmaceuticall.com/us/usa