

あなたとの「ふれあい」と「共感」、大切にしたい。

BEAUTY FRIENDS

2
No.603

人はいさ

心も知らず

ふるさとは

花ぞ昔の 香にほひける

作者

紀貫之 きのつらゆき 『古今集』より

舞台は、紀貫之がかつて頻繁に訪れていた奈良の宿。

最近足が遠のいていたことを咎める主人に

「梅の花は昔と同じように香っていますよ」

と応えた歌といわれています。

宿の主人は女性だったのかもしれませんが。

潤い、ひたひた ローションキャンペーン

2.10(月)から



*画像はイメージです

1年で1番の乾燥シーズン到来!

2月は大気の湿度が低下し、お肌の老化が加速する季節。さらに室内はエアコンや床暖房などでもっと乾燥している場合も。乾燥は肌荒れ、シワ、くすみなど様々な肌悩みを引き起こします。

そんな今の季節は、いつもより丁寧にローションでお肌に水分をたっぷり与えましょう。皮膚が薄く特にカサつきやすい目元・口元には重ね塗りをして、念入りに保湿しましょう。お手入れの最後は、乳液、クリームでの油分補給も忘れずに。

(キャンペーン対象商品 写真左から)

ファセティ エクセレントローション
120ml — 22,000円(税込)

グランローゼ エッセンシャルローション(N)
120ml — 13,200円(税込)

ハーバル コンセントラ
60ml — 5,500円(税込)

イー ローション
130ml — 3,300円(税込)

ストピア ローション
120ml — 4,400円(税込)

しっとり潤うと
ころにも
ハリが
生まれます。



Present

2.10(月)から

ローションをご購入で、収納力抜群!
『バッグインバッグ』をプレゼント。

鞆の中がごちゃごちゃしない!

財布・鍵・手帳・手鏡・
携帯電話・常備薬など
こまごました荷物を
スッキリひとまとめ!

荷物の量に
合わせて
マチ幅の調整が
可能

プレゼントは数量限定ですので、お早めに!

バッグインバッグ

■サイズ/約 16.5×27×8.5cm ■素材/ポリエステル
■カラー/レッド、グリーン、ブルー、グレー、ブラックの5色アソート
※色はお選びいただけません。
※バッグインバッグ以外のものはプレゼントに含まれません。

お出掛けシーンに
合わせた荷物の
移し替えがラクラク

使用イメージ



元気な人は続けている!ロコモ対策

最近よく聞く「ロコモ」とは、「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」のこと。運動器(筋肉、骨、軟骨、椎間板)に障害がおこり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態を言います。「膝や腰が痛い」という症状を放っておくと、転んで骨折したり、要介護になったりするリスクが上昇します。ラジオ体操や少し歩幅を広くして散歩するなどの簡単な運動を心がけ、ロコモ対策をしましょう。



春のお出かけ情報 in 京都

「話題の〇〇に行ってみよう」「友達とランチ」など、「楽しみな予定」があると足腰の健康づくりもがんばれそう!春のお出かけにオススメの場所をご紹介します。少し足を延ばして春の京都を楽しんでみては?

護王神社 ごおうじんじや



スポーツ選手も参拝する足腰の守護神

京都御所のお膝元に位置する護王神社。御祭神は和氣清麻呂公とその姉 和氣広虫姫です。猪に助けられた清麻呂の足萎えが回復したという古事から、足腰の健康に御利益があるとされています。神社の入り口では狛犬ならぬ狛猪がお出迎え。手水舎やご神木の根元など、境内は猪でいっぱいです。

護王神社
〒602-8011
京都市上京区烏丸通下長者町下ル桜鶴円町385(京都御所蛤御門前)
参拝時間:午前6時~午後9時
授与所・ご朱印受付:午前9時~午後5時
参拝料:境内無料
アクセス:地下鉄烏丸線「丸太町駅」から北へ徒歩7分

嵯峨嵐山文華館 さがあらしやまぶんかかん



日本画と百人一首の世界にひたる

渡月橋の近くに建てられた、百人一首の歴史やその魅力と、日本画の粋を伝えるミュージアム。百人一首ゆかりの小倉山を背にし、古来より著名な景勝地を借景として取り込んだ二階からの眺めは、まさに日本画の世界のよう。庭に面したテラスにはカフェがあり軽食を楽しめます。

嵯峨嵐山文華館
〒616-8385
京都市右京区嵯峨天龍寺芒ノ馬場町11
開館時間:午前10時~午後5時(入館は午後4時30分まで)
休館日:毎週火曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始、展示替期間
入館料:一般900円 *障がい者と介添人1名まで500円
アクセス:嵐電(京福電鉄)の場合、嵐山本線「嵐山駅」から徒歩5分
*イラストはイメージです

ロコモ対策おすすめ商品

2.10(月)から
ひざラクラク。
足取り軽やかに。
グルサチンが
10袋増量中!



- 携帯しやすいスティックタイプ
- ヨーグルト風味
- 顆粒タイプ

グルコサミンとコンドロイチン
グルサチン徳用サイズ

2.2g×120+10袋 ————— 17,280円(税込)



● 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

グルサチンと
一緒にどうぞ!

健康のキホンです!

『ずっと健康でいたい』と思ったら、まずはビタミンとミネラルです。

1日5粒
目安



1日8粒
目安



からだの調子を整える、基本のサプリ。

左) ビタミンチャージ 150粒 — 6,480円(税込)
右) ミネラルチャージ 300粒 — 4,320円(税込)

HOROSCOPE

2.1 → 2.29

全体運：★★★★★最高／★★★★★幸運／★★★★★平穏／★★★やや低下／★低下
★：ラッキーカラー 👤：ラッキーパーソン

占い：ルネ・ヴァン・ダール研究所 ステラ・ボンボヤージュ
天文心理学、西洋占星学、タロット占い、夢占いを研究中。ポイントを押さえながら読む人を
励ます“癒し系”のメッセージが特徴。雑誌など多くのシーンで活躍中。

牡羊座



3月21日～4月19日生まれ

全体運 ★★★★★

★ ローズピンク

👤 ソムリエ

積極的に変化を受け入れて。最初は違和感を覚えても、結果的に能率が上がるなどのプラス効果があるはず。グループプレーにツキ。

牡牛座



4月20日～5月20日生まれ

全体運 ★

★ カーキ

👤 栄養士

邪魔が入りやすい時。でも、節分などの年中行事を行うと運が好転します。不満を言わない姿勢もカギ。前向きな言葉を使いましょう。

双子座



5月21日～6月21日生まれ

全体運 ★★★★★

★ ハニーイエロー

👤 父方の親戚

“学ぶ”ことで、運と視野がグンと広がります。興味を感じたら、ネットや本ですぐに調べて。休日はウインタースポーツにトライ◎。

蟹座



6月22日～7月22日生まれ

全体運 ★★

★ ベージュ

👤 年上の女性の友人

執着心は捨てて吉。一度あきらめることで、新たな展開がありそう。金銭面は節約が行きすぎて、ギスギス気分。たまにはガス抜きを。

獅子座



7月23日～8月22日生まれ

全体運 ★★★★★

★ ターコイズ

👤 司会者

会いたかった人と偶然バッタリ、といった幸運が。連絡先を交換するなど、次につながる行動を。一目ポレした物を衝動買いもOK。

乙女座



8月23日～9月22日生まれ

全体運 ★

★ ミントグリーン

👤 セレクトショップの店員

プレッシャーに弱くなりそう。とくに苦手な人の前だと緊張して、失敗しがち。肩の力を抜きましょう。美容面はハーブの力に注目。

天秤座



9月23日～10月23日生まれ

全体運 ★★★★★

★ スカーレット

👤 スポーツショップの店員

王道を進む気持ちが大切。何事も姑息な手段は使わず、正々堂々と。味方になってくれる人も現れそう。健康面は寒さ対策をしっかりと。

蠍座



10月24日～11月22日生まれ

全体運 ★★

★ ラベンダー

👤 イラストレーター

自分のベースになる部分へ目を向けて。家族の問題にみんなで向き合うと、気持ちが一つに。美容はバックで毛穴ケアをしましょう。

射手座



11月23日～12月21日生まれ

全体運 ★★★★★

★ ネイビー

👤 携帯ショップの店員

思いつきでしたことが、予想以上の結果をもたらす兆し。今期は何事も難しく考えず、気軽に試してみましょ。オフは日帰り旅行へ。

山羊座



12月22日～1月19日生まれ

全体運 ★★★

★ セピア

👤 恩師

和やか運。バレンタインはお世話になった人にも、ささやかな贈り物を。信頼関係が深くなります。美容は高品質アイテムで手入れを。

水瓶座



1月20日～2月18日生まれ

全体運 ★★★★★

★ スカイブルー

👤 ツアーガイド

素直な気持ちで物事に取り組みます。そのため上達が早く、どんどん実力がつきそう。金銭面は、ポイント還元制度をフル活用して。

魚座



2月19日～3月20日生まれ

全体運 ★★★

★ ボルドー

👤 映画館で働く人

“縁の下の力持ち”になりきりましょ。陰で支えることで、人の感情や状況が見えてきます。オフは芸術鑑賞で心に潤いを与えて。



お便りをお寄せください。

ゲオール化粧品と本誌について、あなたのご意見やご感想をお聞かせください。「お便りにつづるゲオールの輪」コーナーに掲載された方に全国共通図書カード3,000円分を差し上げます。

【宛先】〒540-0011 大阪市中央区農人橋 3-1-14 ゲオール化粧品「ビューティーフレンズ」編集室まで。

住所、氏名、電話番号を明記のうえお送りください。

おうかがいいたしましたのは