

# SKINCARE BEFORE BED

## Beauty Lifehack

### 夜のスキンケアと睡眠のおはなし

朝と夜のスキンケアにはそれぞれ目的があるのをご存じでしょうか?

夜のスキンケアは日中の皮脂汚れや外気でついた汚れ(PM2.5など)を落とし、紫外線や花粉などによる日中の外的ダメージから“お肌を回復する”という目的があります。

23時～1時にお肌の新陳代謝が活発になる“お肌のゴールデンタイム”と言われています。

ベッドに入る3時間ほど前に入浴して身体を温め、スキンケアをすることで深く質の良い眠りにつけるよう準備をするのがおススメです。

質の良い睡眠と夜のスキンケアでお肌に栄養を与えておくことでお肌の細胞が元気に生まれ変わります。

お肌を健やかに保ち、ご自身になりたい“理想の美肌”を手に入れましょう!



GOOD NIGHT FROM  
THE EDITOR-IN-CHIEF

おやすみなさい

—編集長・石野京子より—

今月号もお読みいただきありがとうございました。

先日ラミールではスタッフがメイク講師によるメイクレッスンを受けました!

最近流行りのイエベ・ブルベメイクや今年トレンドの眉メイク、エレガントに見えるアイカラーの塗り方など、ワクワクしながら全員で学びました♪

「その眉～～ちょっと変えるだけでちがう！」  
「アイライナーの引き方でデカ目が作れる！！」

とスタッフは感動の渦でした♪

春メイクを楽しんでいただけるようラミラでも  
発信していくますのでお楽しみに～～！



# LAMYRRHE

Magazine

MARCH 2024

ISSUE #061



MORNING ROUTINE

春の北野坂

海を見下ろす高台の、異国文化と歴史を感じられる街。1868年神戸港開港当時、外国人居留地として発展した「神戸北野異人館街」。神戸の中心地三宮からも徒歩10分圏内の観光スポット。海を見下ろせる高台に、洋風建築物と和風建築物が混在した独特の街並み。春の温かい日差しに誘われて絶好のお散歩スポットです。

# メイクの裏技でレベチな美人づくり!

“2024年は艶玉ベースメイク”

## ①「ほお骨の高い位置に艶をだす！」

つや = 水分をたっぷり含んだ状態  
テカリ = 過剰な皮脂分泌の状態

ここは絶対つやを選択！もちろんメイク前のスキンケアはエッセンス→ローション→ゲルで保湿して。

しっかりと肌に保湿成分をなじませるためにメイクをスタートする10分前にはスキンケアを終えておきましょう。

インストラメイクベースを頬の一番高い位置に指でおいて、ポンポンとなじませます。



## ②「アイカラーの発色とモチをよく！」

さらにメイクベースをまぶたに指で優しく二度塗り！保湿のペールをつくることでアイカラーもしっかり発色してとれにくく美しい発色が1日続きます。

新企画

# 大人のマナーレッスン

ラミールでお肌を磨いてステキな女性になり、仕上げには大人のマナーを身につけてエレガントな女性になりましょう。

## ～招待状の返信マナー～

招待状が届いたら、できるだけ早く返信しましょう。  
受け取ってから2~3日以内、遅くとも1週間以内に返信する。  
諸事情で返信が少し遅くなる時は、電話やメールで出欠を伝えておくと親切です。



## ～結婚式当日編～

### お祝いはいくら包む？

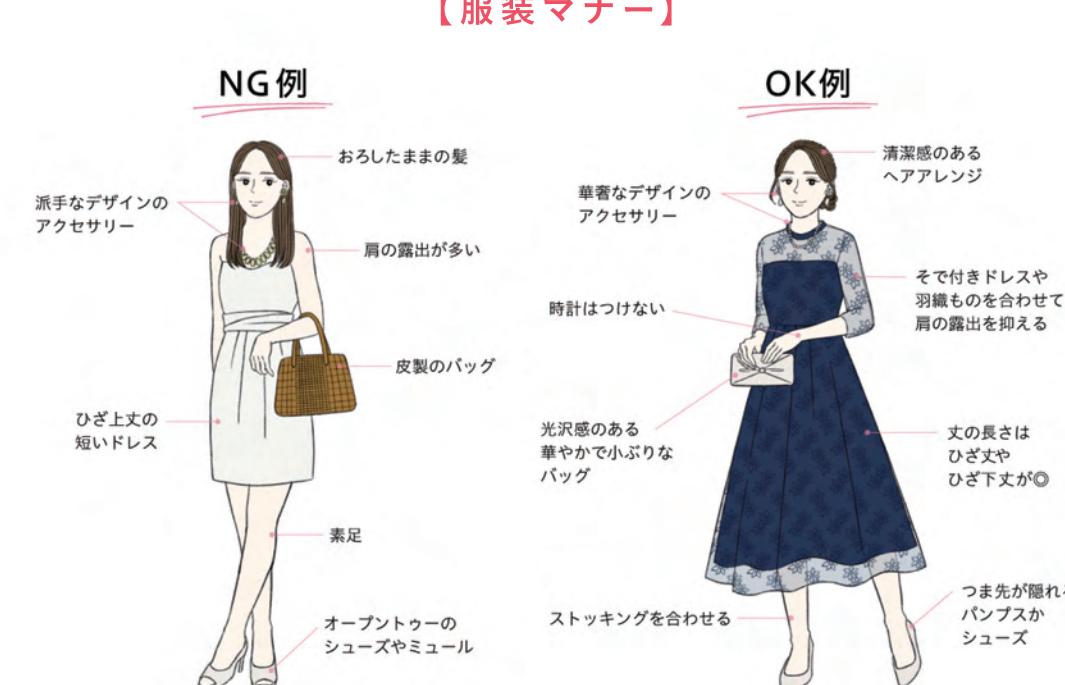
→結婚式・披露宴に参列する場合お祝い+お食事代を包みましょう。お安すぎるお祝いは花嫁or花婿に恥をかかせちゃう場合もあるので、相場くらいを包むようにしましょう。

### お祝いの相場

同僚/友達 3万円～  
部下/親戚 5万円～

※2で割り切れる数字(2万円・20万円はNG)2つにわかることを連想させるため。

※お祝い袋は水引が結びきりの袋を選ぶ  
(一生一度のお祝いのため結び直せる蝶々結びはNG)



# エステのコスメ最強説の実験

今回は、リニューアルした新ラメラモードの『ブライティングパック』と、他社のパックを使って肌の白さを比較しました！

## 実験方法

ラミール通販サービススタッフの手の甲にパックを塗り、5分程度置いた後、肌の白さを比較しました。

※数値が高いほど白く、数値が低いと黒い状態です。



ラメラモード  
ブライティングパック

美白に良い栄養素を直接肌に与えることで  
美白効果をより高めるゲル状パック。メラニン還元をし、メラニン量を抑制することで  
シミやくすみのない透き通る肌に。密着力もアップ！

内容量：100g  
¥11,000(税込)



## 実験結果



## 5分後



【他社A】→実験結果はなんと変化なし！パックを取った後も、すこし乾燥を感じ、期待したほど白くなりませんでした。

【ブライティングパック】→たった5分置いただけで、実験前と比べると+10も明るくなりました！  
また、パックを取った後も触ると肌がしっとり&もっちり♡

今回使用した【ブライティングパック】がお肌の奥まで美白・美容成分を届け、お肌を白くするということが検証されました！

## 実験レポート REPORT

今回の実験で【ブライティングパック】の美白効果にびっくり！

同じパックでも美白効果にこんなに差が出ました。リニューアルしてさらにパワーアップした新ラメラモード！春はお肌の透明感UPさせていきましょう♪

# ネオ神戸メシ

神戸市内の“ネオ”な神戸メシをご紹介します！

## そば処 花りん

〒650-0034  
兵庫県神戸市中央区京町79 日本ビルB1F



食べログ



Google Map

今回は三宮のオフィス街で人気の“そば処 花りん”をご紹介します。

センター街から京町筋を南に歩いていくと見えてくる「日本ビル」。その地下1階にあるのが『そば処 花りん』です。

ラミールの本社からほど近いこちらのお店は社員にも大人気で、河村先生もランチでよく利用されています。

そば・うどんや丼など様々なメニューがある花りんですが、看板メニューと言えば『えびカレー定食』！ 寒い時期には半数くらいのお客様が注文しているのでは？ というほど大人気のメニューです。大きなエビフライが3尾も載っていてボリューム満点！ カレーのルーは花りん特製出汁と相まってクセになる味です！

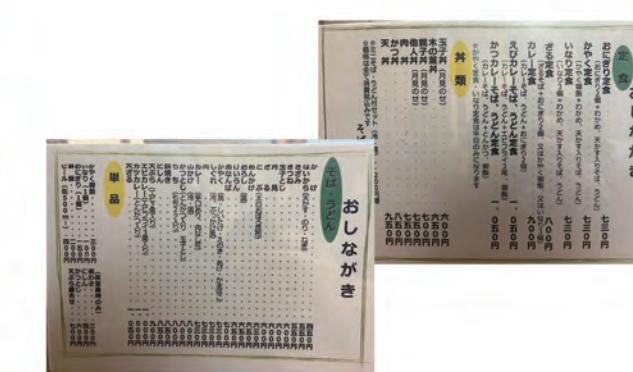
三宮にお越しの際は是非一度ご賞味ください！！



ボリューム満点のえびカレー定食



エビフライが3尾も載っていて豪華！



# ラメラモード勉強会

2023年12月  
パワーアップリニューアル！

## ラメラモード クレイゲルウォッシュ&パック を徹底分析！



旧：ラメラモードクレイゲルウォッシュ&パック

泡立て不要のクレイ洗顔  
1分パックとしても使用OK！  
パワーアップリニューアルの  
ポイントをご紹介します！



ラメラモードクレイゲルウォッシュ&パック

内容量：280g ¥7,700(税込)

使用量の目安：2.5～3cm / パック時：5～6cm



ラメラモードクレイゲル  
ウォッシュ&パック  
はこちら

### ポイント ①

#### 質感が滑らかに！

滑らかでのびが良いので、従来品よりも  
さらにお肌負担減！  
使用量も従来品より約1cm少量でも、  
同じ洗浄力を発揮してくれます。  
超微粒子クレイによる吸着作用でツルっ  
とした透明感あるお肌に♡



従来品



リニューアル後

### ポイント ②

#### バリア機能改善！

肌常在菌をコントロールし、善玉菌  
を増やすことで加齢や敏感肌で乱れたバリア  
機能を改善！

抗炎症作用も強化しました。敏感肌  
やニキビ肌にも使用できます。

ラミール通販サービススタッフ  
辻井の実際に使ってみた！感想



まずクレイが滑らかで伸びしやすくなつたところに感動しました！！

使用量が少なくなったので、初めは『この量でいいのかな？』と少し不安になりましたが、  
洗いあがりのお肌の柔らかさとお肌のトーンアップに大満足！

個人的にはコスパも良くなっているところも嬉しいです（笑）

# リアルなラミールフェイシャルエステ体験をリポート!!!

こんにちは！ラミール通販サービスお客様サポートを担当している堀部と申します。入社2年目の29歳です！サロンご卒業後のお肌のサポートをさせていただいております！！ご挨拶のお電話では、

## わたし堀部の リアルなお肌悩み



シミやそばかす、また繰り返しできるニキビ!!!

これには長年悩んできました…。実は、鏡を見ながらため息をついたことも、マスクを外すのがイヤだ！！なんて思ったこともござります！なので、実はお客様のお悩みにもとっても共感できることが多いです～～そんなわたしのお悩みを解消すべく、インプレスラミールのドアをたたいたのです！！！

いつも平日のお仕事終わりに行くことが多く、癒しを求めて早歩きで向かいます♪ブランド街を通るので、歩いているだけでワクワクします!!

お店は大丸神戸店の近く、ラグジュアリーな『明海ビル』の7Fにあります。エレベーターを降りると、すでにいい香りが！



私の担当エスティシャンは『福田さん』です。

お化粧品の話や世間話で盛り上がり、福田さんのゴッドハンドに癒され、たわいない話からもしっかりアドバイスしてくれる、そんな頼れる福田さんにわたしのお肌をお任せしております!!!!

## 【デコルテマッサージ】をご紹介します。

私はマッサージと聞くと、疲れをほぐす、癒すというイメージでした。なんと！デコルテはリンパが集中している部分で、ここでリンパの流れが滞り老廃物が蓄積されてしまうとお顔にまで影響があるそうですね！！

皆さんご存じでしたでしょうか!?私は福田さんからお聞きして、自分の凝り固まっているデコルテにゾッとしたしました。

## 体験レポート REPORT

終わった後は体がとっても軽い！そしてフェイスラインがスッキリしています。

デコルテマッサージを受けてから、なんだかニキビもできにくくなり、お肌も白くなりました。

これが、リンパをしっかり流すということなのか？と私自身も納得です。

いつもお客様とお話しするのをとても楽しみにしております♪そんな堀部がラミールの魅力をよりリアルにお伝えするため、実際に通っているフェイシャルエステの様子をお届けします！

ラミールに会ってすっかりラミールのフェイシャルケアとラミールのお化粧品で、長年の悩みから脱することができます…！！！そんなワタクシ、堀部がとっても気に入っているサロン、“インプレスラミール”を今月からリアルにレポートしたいと思います!!!

なんだかお顔のくすみやクマが気になるな！なんて方もリンパ詰まりが原因かもしれません。デコルテマッサージでリンパの詰まりを解消することで、お顔まで栄養がしっかり届き、お肌のトラブル解消が期待できるそうです!!



私はデコルテマッサージが大好きで、いつもその時を楽しみにしています♪エスティシャンのオールハンドで、デコルテだけじゃなく、背中・首までしっかりと流してくれます。痛いだけじゃなく、しっかり気持ち良さもあるのでこの時間がずっと続いて欲しいとさえ思っています(笑)



デコルテマッサージで使用するアロマオイルは3種類です。

- スリミング・・・癒し
- ヒーリング・・・疲労回復
- サーキュラム・・・血行促進

お肌状態をしっかり見て、今回選ばれたオイルは血行促進に効果のある【サーキュラム】でした。ウッディー調の香りで、とっても癒されます。お仕事ではデスクワーク時間が多いため、コリの緩和にも効果的だそうです！

次のお手入れが既に待ち遠しいです☆

ご紹介した【デコルテマッサージ】はいかがでしたでしょうか。体をほぐすだけでなく、お顔にもしっかり効果があるので絶対に欠かせないですね！

私の体験が皆様のご参考になれば幸いです(^^)

# 石野京子ちゃんのペアラミール体験記

こんにちは！ラミマガ編集長の石野京子です！

さて、お届けしている私のペアラミール体験記も今回が第3回！今回は自己PR作成&システム登録編についてお伝えします！

第3回

## 自己PR作成に悩む京子ちゃん

ラミールの婚活マッチングサービス『ペアラミール』に入会を決め、準備は写真撮影まで完了しましたが、準備期間の一番のハードルは自己PR作成です(笑)



自己PRができあがり、システムへの登録が完了したら専用アプリをダウンロードして婚活スタートです！



理想のお相手に伝わるように等身大の自分を表現したいな～なんて思いつつ悩んでしまったとき、私を知ってくれている担当カウンセラーが私の悩んで書いた箇条書きからステキなプロフィールを作ってくれました！頼もしい！！



将来どんな家庭にしたいか、どんなお相手がいいのか、私の希望条件で検索ができるのでこれからワクワクです♪

と、第3回の体験記はここまで。  
次回はお相手探し&お見合い申込編をお伝えします！

## 【担当カウンセラーからの一言】

ほとんどの会員様が初めて悩まれるのが自己PR作成。自分のことをPRするなんて普段から経験しないことです、それを読んでもらえる文章にするのがこれまた難しい…そこで、ペアラミールの担当カウンセラーの出番です！ファーストカウンセリングで会員様のお人柄やお仕事のことなど色々お伺いさせていただき、それを入れ込んで文章を作成・添削していきます。異性(男性)に読んでもらって「この人と結婚したらこんな家庭を築けそうだな」といった結婚後のイメージが湧くような文章にするのがポイント！カウンセラー自身も結構頭を悩ませるところではあります、会員様からは「自分で考えたらこんな文章にはならないし、素敵なものにしていただけてありがとうございます！」と言っていただけるのが嬉しいです。



ラミールの結婚マッチングサービス『ペアラミール』にご興味をお持ちの方は、ペアラミール専用HPから問い合わせせるか、担当スタッフもしくはラミールカスタマーセンターへご連絡ください！

ペアラミール専用 HP ▼

