

美人の癒し エステ利用術

ラ・プレリー 日本橋美人コース (ロイヤルパークホテル)



世界中のセレブリティから「特別なスキンケア」として支持されているスイス発のラ・プレリー。心と体の美をテーマに、ラ・プレリーはそのブランド哲学をより本格的にエステ分野へと広げ、高品質なラ・プレリー製品のみを使用。オールハンドテクニック独自の手法で、一人一人のお客様のニーズに合わせたパーソナルなサービスを提供し、美しく健康的な肌へ導きます。ロイヤルパークホテル「日本橋美人ステイプラン」は、サロン ドラ・プレリーのフェイシャル・エステ「ラ・プレリー日本橋美人コース(45分)」をセットしたお得な宿泊プランです。

日本橋美人ステイプラン

ラ・プレリー日本橋美人コース(45分)
 宿泊料金: お一人様(朝食付)
 シングル (1室1名様) ¥37,000
 ツイン/ダブル (1室2名様) ¥30,000
 ※税金・サービス料を含む。宿泊税別

特典
 お部屋に一輪挿しとバスローブをご用意
 キレイを磨く34のエステンス「日本橋美人」(山田晃子著・日刊工業新聞社発行)をお一人様につき一冊プレゼント
 お問い合わせ: ロイヤルパークホテル 宿泊予約課
 TEL:03-3667-1111

美人の癒し ホテル利用術

No.5 贅沢でお得。ブッフェは美人の味方

ホテルの楽しみ方として、上手に利用したいのがレストラン。ラグジュアリーホテルのレストランは、そこにいるだけでエレガントな女性らしさが身に付く場所です。そのレストランでお薦めの1つがブッフェ。ホテルの有名シェフによる料理を、お得な価格で気軽にいただけるのがうれしいですね。バラエティー豊かな料理から好みのものを選ぶ楽しみは、世の女性にとって至福の時…おのずと心が潤います。栄養バランスを考えながらセレクトすれば、ダイエット中でも安心。サラダバーのあるブッフェならなおさらです。豊富な野菜やデザートは女性にとって魅力的ですね。優雅なひとときの中で、彩りを楽しみながら美味しいものを少しずつ満喫しましょう。五感で満足を味わえば、あなたも「日本橋美人」。ブッフェで食べ過ぎて太ってしまったなんてありえ

ませんよね。ロイヤルパークホテルでも、シンフォニー、桂花苑、すみだなどでブッフェを楽しむことができます。詳細はホームページでご確認ください。
<http://www.rph.co.jp/restaurants/index.html>



シンフォニー ランチブッフェ
 バラエティーに富んだお料理の数々をお召し上がりいただけます。(土・日・祝祭日を除く毎日)
 桂花苑 飲茶フリーオーダーランチ
 高級食材の「北京ダック」をはじめ、点心20種類以上、合計40種類の料理(月火のみ)
 すみだ 鉄板焼ブッフェ
 ヒレ・サーロインをはじめ、ロブスター・たらは鱈などの他、「焼き寿司」を用意(土/日祝祭日のみ)

日本橋イベント情報

10月
 8日 第18回てん祭
 【問】人形町商店街協同組合
 【電】03-3666-9064
 16~18日 第1回人形町の人形市
 【問】人形町商店街協同組合
 【電】03-3666-9064
 19、20日 日本橋恵比寿講べつたら市
 【問】日本橋恵比寿講べつたら市保存会
 【電】03-3664-5671

印は東京中央ネットホームページの【映像イベントカレンダー】から詳細と映像をご覧いただけます。
http://www.tokyochuo.net/sightseeing/event/event_01.html

27、28日 移動商店街
 【問】東日本橋やげん堀商店会
 【電】03-3866-3706
 29日 第34回 日本橋・京橋まつり「東京日本橋パレード」
 【問】日本橋・京橋まつり実行委員会
 【電】03-3561-7348
 29日 にほんばし諸国往来まつり「日本橋意気だね市」
 【問】日本橋一步会
 【電】03-3664-1124

11月
 4、16、28日 人形町・西の市
 【問】松島神社
 【電】03-3669-0479
 28日 小網神社どぶろく祭り
 【問】小網神社
 【電】03-3668-1080

12月
 5日 納めの水天宮
 【問】水天宮
 【電】03-3666-7195
 中旬 中央通り「はな街道」歳末クリーンウォーク
 【問】中央通り「はな街道」実行委員会
 【電】03-3664-8741

26日 観光写真コンクール表彰式、作品展示
 【問】中央区観光協会
 【電】03-3546-6525
 27~29日 納めの歳の市
 【問】築研堀不動産
 【電】03-3866-6220

催事情報

日本橋三越本店 【電】03-3241-3311	日本橋タカシマヤ 【電】03-3211-4111	セレンディビティ 日本橋店 【電】03-5205-0011
10/10~22 商業55年 アンドレ・プラジリエ展	9/27~10/9 銀のボンポニール展	12/7~11 Cosmetics festival
10/17~27 第50回旬味まるごと三重展	9/27~10/2 飛騨高山 観光と物産展	11月下旬~12/25 Serendipity Christmas
11/7~12 洛趣展	10/4~9 大北海道展	
11/14~19 ドイツフェア	10/11~23 傘寿記念「安野光雅の世界」展	にんべん 【電】03-3241-0241
11/14~19 大マイセン展	10/11~16 美食の京都展	
11/14~19 田辺聖子展	10/18~23 モーツァルト生誕250周年記念 ウィーン展	10/1~28 絵手紙展(本店B1)
11/27~12/3 ワコールスペシャルバザール	10/26~11/7 美しさへの挑戦ーヘアモード・メイクアップの300年ー	10/15 13:00~15:00
12/5~25 クリスマス	11/1~7 グルメのための味百選	講師による絵手紙教室(参加無料、事前申込不要)
12/5~11 カシマウィンターバザール	11/9~14 草月いけばな展	
12/26~1/7 日本の職人「匠の技」展	11/16~21 ワコール大感謝セール	

日本橋OLクラブ 掲示板

日本橋美人商品ラインナップ第14回中央区産業文化展 11/1(水)~4(土)晴海アイランドトリトンスクエアに出店

中央区産業文化展は区内の代表的な産業を紹介するイベントで、2年に一度開催されます。さまざまな産業ブースに並び、今年度は日本橋美人商品を販売する「日本橋美人コーナー」が出店します。またステージアトラクションでは日本橋美人の提唱者山田晃子氏や日本橋OLクラブの皆さんによる「日本橋美人プロジェクト」についてのトークセッションも予定されています。期間中にご来場いただいた方には、榮太樓總本舗の新作「日本橋美人飴 さくら」をプレゼントいたします。

美人の健康 NO.5

“溜めない”生活が日本橋美人をつくる

最近ではちょっとした水ブームです。「世界中のミネラルウォーターが日本に集結しているのでは!」と思うほど。酸素を加えたものやアロマの要素を取り入れたものなども登場しているので、どれを飲んだら良いのか迷ってしまいませんか?ミネラルウォーターにはマグネシウム、鉄分、カルシウム、カリウム等のミネラル類が含まれています。しかし、それらの含有量は、ミネラルウォーターによって実にさまざま。ここでは、そのミネラルについてよりも、むしろ気をつけていただきたい「飲み方」をお伝えしましょう。

昨今のデトックスブームで、水を飲めばとにかく体内の老廃物が流れ出す、というイメージを持っていらっしゃる女性の方も少なくありません。「1日1リットルの水を飲む」という方も多いかと思いますが、誰にでもこの方法が合うとは限らないのです。「水を飲み始めてからむくんでしまった」という方もいらっしゃるのでは? むくみとは身体に余分な水分が溜まってしまった「水毒」状態のこと。特に、胃腸の悪いタイプの人は、水分の摂りすぎには気をつけましょう。消化排泄機能が弱っているのに水分を摂りすぎると、かえって体内に水を溜め込む結果になります。また、冷えも体の新陳代謝を低下させ、体内の水分の循環を悪くし、むくみの原因にもなります。身体を温めながら水の巡りを良くし、胃が消化活動を元気にできるように、体内改善をしていくことが大切です。水分代謝を良くする食べ物は、冬瓜やきゅうり、セロリ、わかめ、小豆、緑豆など。また、胃腸の動きを促すのに最適なお茶は、陳皮(ちんぴ)のお茶です。陳皮とはみかんの皮を乾燥させたもので、手に入れるのが難しいようなら、オレンジピールのハーブティーもおおすすめです。余分なものを溜めこまない「日本橋美人」にとっては、もちろんストレスも溜めないことが大切です。

水毒簡単チェック:
胃の中でチャブチャブ音がする お腹が張る 吐き気がするときがある 手足が重だるい めまいがある 舌の苔が白くついたりしているような感じがある(舌の苔が白ければ冷えています)

MAP 1

いつも変わらない “おもてなしの心”

ROYAL PARK HOTEL

ロイヤルパークホテル 〒103-8520 東京都中央区日本橋蛸殻町2-1-1
 Phone:(03)3667-1111 <http://www.rph.co.jp>

MAP 4

日本橋の館
 がんに三角
 有平糖梅ほ志館

東京都中央区日本橋1-2-5
 榮太樓總本舗
 ☎0120-284806
<http://www.eitaro.com>

Since 1857

MAP 11

SEMBIKIYA
 EST. 1934

千足屋總本店
 日本橋三井タワー1-2F
 tel.03-3241-0877
www.sembikiya.co.jp

1F フルーツショップ

大正二年創業 遠忠食品

佃煮 総菜 製造卸

原料は契約生産者から
 選りすぐりの素材から、化学調味料をはじめ添加物も一切使用せず、旨味をひきだしています。

こだわりの直火釜製法
 熟練の職人が素材、天候に合わせて微妙な火加減を調整し炊き上げます。

日本橋美人 荏胡麻おかつりかけ(コラーゲン配合)

「商品はお家で買いたいいただけます」
産直 美味しいもの 喰楽部
www.sancyo.com

遠忠食品株式会社
 東京都中央区日本橋蛸殻町1-30-10 営業 越谷工場 TEL.048-988-3710

世界に誇れる国づくりのために 私たちができること。

当社が実施設計の主要な部分を担当した古河総合公園が日本発のユネスコ「メリーナ・メルクーリ国際賞」を受賞しました。

※「メリーナ・メルクーリ国際賞」は、ユネスコが主催し、世界の主要な文化景観の保護と管理を目的とした顕著な活動をたたえる賞です。

CTIは、河川、ダム、道路、環境整備の調査・計画・設計・管理等を行う総合建設コンサルタント企業です。インフラ整備において、重要な一翼を担っています。

建設技術研究所
 CTI Engineering Co., Ltd. <http://www.ctie.co.jp/>

日本橋OLクラブ所属 千103-8430 東京都中央区日本橋浜町3-21-1 日本橋浜町Fタワー TEL.03-5695-1967

MAP 24

山本海苔店

山本海苔店ホームページ
<http://www.yamamoto-noriten.co.jp>

MAP 29

140種類もの焼立てのパンをどうぞ!
 (会議やパーティなどに、サンドイッチの盛合せやランチボックスもご用意致します。)

営業時間 7:30AM~8:00PM(土曜日8:00AM~6:00PM)
 定休日 日曜日・祭日

Bon Cœur

四軒町・恵比寿のパン工房
 〒103-0022 東京都中央区日本橋室町4-3-12
 ホンクール TEL.03-5201-3811 FAX.03-5201-3815
<http://www.bansei-gp.com/boncoeur.html>

パンセイグループ

MAP 106

日本橋OLクラブ もオススメのイタリアン

美人度UP! 日本橋美人ピッツァ ¥2,310
 地鶏ササミと季節の野菜をふんだんに使用! モッツァレラチーズとの相性も抜群です。ピッツァ職人が焼き上げた、満足いただける一品です。

オススメ ディナーメニュー (17:00~22:30)
 ピッツァ マルゲリータ ¥1,345
 スパゲッティ・ボモドーロ ¥1,260
 人気大皿コース 10品 ¥3,675

日本橋でお食事するならココがgood!
 トラットリア・イタリア 日本橋店
 地下鉄三越前駅A1出口1分
 中央区日本橋室町1-7-1スルガビル81F TEL.03-6202-0095
 ランチ・ディナータイム11:00~17:00 ディナータイム17:00~22:30
 詳細記事URL <http://www.tokyochuo.net/issue/spot/tpn/trattoria/>

Italia
 イタリアグルメ&ワインの店