

*Beauty Clinic to Go 冬こそ恋しや、リフレクソロジー。 ブーツの季節のお約束。

毎月、履面でエステやク
ニックを控訪し、ムレは
でもシムル、自費で行
く。そしてよくも悪く
も記事にすること、の2
点。新旧問わず、あら
サロンを取り上げていく。



単なる足ツボ刺激じゃ、
もはや魅了されない?

寒風に吹かれて乾燥しまりの肌や運動不足の体も気になる。この季節にもうひとつ見逃ごせないのが、ブーツの中でむくんでる脚だ。そこで、今回は「冬には冬のお手入れがある」ということで、がっつりリフレクソロジー2本立て。

1軒目は、リフレトといえは、の「マミーズタッチ」。かつては大部屋で並んで施術を受けたものだが、いまや完全個室のサロンに化身。各部屋にひとり用の電動フットジャグジーがしつらえられており、広いわけではないが居心地のよい空間になっている。今回は「むくみも冷えも撃退したい!」ということで、リンパコースを選んだのだが……あれれ、紙シューズが用意してある! そう、ここではリンパコースを遊ぶと、脚のつけ根のかなり際どいところまで老廃物を流してくれるのだ。多くのリフレクソロジーが「膝裏」とどまりの中、この丁寧な施術はありがたい。まずはうづせの状態が、背中から足までを軽くブッシュ。ここで全身の凝りや歪みをチェックしてから足マッサージ開始。春の「自称・英国式リフレ」にありがちなヌルさがなく、ツボを的確に、そして容軟なく刺激してくれる(それなりに痛いので、あらかじめ希望を伝え

ておくとよい)。足裏から始めて足首、膝裏、そしてつけ根まで丁寧にほぐし、さらに、仰向けになって鎖骨やそけい部をグリグリ。足に溜まった老廃物を揉みだし、リンパまでしっかり流す。全身マッサージでもないのに、ここまで流すサロンは貴重。70分のトリートメントで体が軽くなり、歩いて帰ってしまっただ。心也よいのに包まれ、赤ちゃんとようにコトコトと寝てしまった……こんな眠り、久しぶり!

付け加えるなら、このサロンのもうひとつの長所は施術者のレベルが高まっていること。実は、訪れたその日に便秘が解消された(もちろん、便秘のツボを刺激する痛みに耐えたわけだ)のに味をしめ、1週間とあけずして再訪。同じコースをほかの施術者に担当してもらったのだが、寸分たがわず同じ施術だった。こういう「いつ行っても、誰でも同じレベル」で、なおかつ機械的な印象は残さないのは嬉しいもの、このレベルをいつまでもキープして!

**中国式的グリグリ施術、
でも気遣いは細やかです。**

続いて訪れたのは、赤羽橋に位置する「小町苑」。複数の美容ライターのから勧められ、気になっていたスポットである。希望者のみ短パンを借りて着替えるシステム。個室ではなく、オリエンタルな大部屋に椅子4脚、

ベッド2台があるつくりだ。こちらのリフレはリクライニングチェアで。基本的に施術は強めで、溜まった老廃物をつぶしての手ごたえがガンガン伝わってくる。

短パンだから、脚のつけ根までのマッサージはないのよね……と思いきや、こちらは別のワザがあった。軽く腕をマッサージして全身に意識を向けさせたり、首骨をぐんと押すことで関節の動きをよくなじり、脚の施術が中心ではあるが、全身のバランスを整えるためのあの手、この手を駆使してくる。圧巻は、粗皮での脚マッサージ。膝までの施術が終了したら、角質をとるジェルを塗ってから足スリ(30分以上の施術のみのサービス)。これで脚はピシィカ、マッサージ時のクリームべたつきも一挙に解決。軽い肩や首もほぐして40分¥4,500というからコストパフォーマンスすばし! お茶とお菓子のサービスもあるときは、経営が大丈夫なのかと余計な心配をたたくほど。個人的には、最近では珍しいリクライニングチェアでの施術も意外にハマった。横になるわけじゃないから、たとえば本を読みながらの施術もOK。残業続きの日なんかには、リフレを受けたら読書の気持もリフレッシュ。これって、ちょっとしたショート・トリップくらいの癒し効果だ。忙しい日にはそ訪したい、そんなサロンである。

B04

マミーズタッチ

いわゆる「英国式リフレクソロジー」よりもしっかり効かせる。やがて冬の到来。専らオリエンタル系リフレでは使ったことがないリフレと比べて、これ、高いけど部屋には完全個室(ません!)が、ここではどの施術者に担当してもらっても、関節や指の隙を使って丁寧に流してくれるのが安心。

メリハリのない下半身、
脚のつけ根まで
しっかり流しよ。

¥8,400

●東京都港区南青山3-13-1 小井ビル6F ☎03-3470-9855
※13:00～22:00(土・日曜・祝日11:00～20:00) 併席1火曜 要予約 リフレクソロジー40分 ¥5,250 リンパマッサージ70分 ¥8,400 アロママッサージ(体中)100分 ¥10,500 冬の限定コースHOTFLUID 70分 ¥10,500

小町苑

いわゆる「登んだベッドをカーテンで区切る」形ではない、リフレクソロジースペースはオープン。裏と正面の間もつながりしているもので、「早い・安い・激しい」と思っていた中国系リフレの認識が変わるはず。足湯と塩湯かがつくのは、30分以上のコースから。深夜営業もぜひスタートしてほしい!

コスパのよさは随一?
疲れも角質も取り去る
中国式リフレ40分

¥5,000

●東京都港区東赤羽2-29-6 AZABU Kビル2F ☎03-3582-3188 ※13:00～22:00 無休 要予約 足裏施術15分 ¥2,000 40分 ¥5,000 角質ケア ¥2,000 ホディ30分 ¥4,000 60分 ¥7,000 オール半身40分 ¥7,000 小町(足裏40分+フェイスシャル60分+オール全身80分) ¥20,000

1, 2が「マミーズタッチ」、リフレだと、いまは5番を満喫できないが、施術で使っているオリジナルのオイルも評判高い。1室だけ、2人(カップル用)で施術を受けられる部屋もある。3～5が小町苑。3が、シタの塩湯の時に登場するビッグサイズの湯船。4が終了してから出られるお茶。この日は待った大変なサンザシがお客様、40分の施術なのに、気づいたら1時間以上おぼえていた……

