



nuts 美活向上委員会

—カラダもココロもデトックス!

nuts モデルともあろうものがあるまじきスタイル。
冬眠前のクマじゃあるまいし蓄えちゃってるとおぼしき 4 人に喝ッ!
今回は“リフレッシュの森”の力を借りてメンタルもフィジカルも心機一転、
生まれ変わらしましょう! 明日の美は今日の努力から!

PHOTO_Sekiguchi tomoyoshi
DESIGN_miamigraphix



—ファッションチェック!

nuts モデルたるものいつかなる時だって気を抜くべからず! ってことで抜き打ちファッションチェック。撮影に対する本気度がわかつちゃうかもね〜(笑)。



みみ

トップスは大人気クリエイター“とうあ”ブランドのBG、ボトムはGU。寒色系でまとめたら痩せて見えるかなって思ったんだけど…。



きみ

ジムとか行かないからスポーツ系の服なくて。でも嫌な予感していたから(笑)、昨日いいでatmosでトラックジャケット買って来た!



ゆきの

表と裏の柄が1本1本違うMONTMARTRE NEW YORKのマフラー自慢したかった! 運動する時ジャマとか言わないで! 確かに外すけど(笑)。



まあみ

GALFYのトップスを主役にグレーで統一。いっぱい走ると思ってたけど買ったスニーカー、プーマなのに靴の流○センターって言われた(泣)。



Lesson 01 アロマ体験

自分好みのオリジナルのアロマオイルを作れちゃう。さらにそのオイルを使ってマッサージも教えてもらえるからスペシャル癒されること間違い無し!



やるからには真面目に! 一つなく真剣な表情で先生の説明を聞くモデルたち。



今回はnutsオリジナルってことで1本だけオイルを作成。どんな香りにするかみんなで相談中。

代表してまあみがオイル作りにチャレンジ! うまくできるかな?

どんな香りにするか迷うね!

めっちゃ好きな香り♡

心配そうに見守る面々。なんでかって、一回まあみはオイルをこぼしました(笑)。

イイ女の香りがする!



入れるのは数滴でOK! そしてシャッフル! まあみ顔芸さすが!



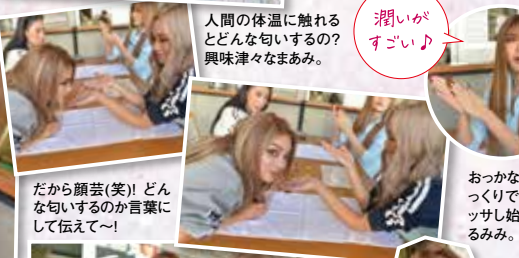
あっという間に完成。nutsオリジナルは“ホワイトティア”の香り♡
アロマオイルの元になるのホホバオイルです。みなさんぜひ! 広報の様なきみ。



ちなみに香りはほぼしません! そして顔にも体にも使えて美白&アンチエイジングにも効く万能さ!
ホワイトティ、ジャスミン、桜、ローズから選んでミックスも可能!



なんか手つきいやらしくない!? ちょっと変な妄想しないで♡



人間の体温に触れるとどんな匂いするの? 興味津々なまあみ。

潤いがすごい!

だから顔芸(笑)! どんな匂いするのか言葉にして伝えて〜!

おっかなびっくりでマッサージ始めるのみ。



あ〜気持ちいい♡きみ♡乾燥からオイルの吸い込みの良さ! 自分で爆笑!

甘い香りに心も体もリラックス〜♡
まず最初に4人が挑戦したのはアロマ体験! 顔にも体にも使える上にアンチエイジング効果も高いと言われるホホバオイルを基調に自分好みの香りをブレンドできるこの体験現に指導してくださった先生の肌もツルツル♡顔出しNGなのが残念。今回は1人1つ作れるのでご安心を。どの香料を何滴加えるかで完成が変わってくるから世界に一つのオリジナルオイルが簡単に作成可能! しかもそのオイルを使ったマッサージも教えてくれるので、作ったばかりで終わることなく実用的なのも魅力。



さすが現役美容師。マッサージはお手のもの。

図解で説明してもらえるので初心者でも簡単にマッサージできちゃう!

撮影を忘れあまりの気持ち良さにウトウトしちゃうゆきののzzz…



良い匂いに囲まれお肌もツルツル♪みんな大満足な4人!

—ツボマツサ肩—

Lesson 02

ツボマツサージ

みんな色々背負ってるものあるよね！ 体も老廃物たまりまくりとか!? いい機会なので容赦なく凝り固まった全身をほぐしにかかりましょうか！



シャキーン!



顔! 悪い顔してるから今、デトックスしてるよ! 多分ね。



余裕な気がする!

全然痛がらないきみ。…え!? カ入れてないでよ!



割とポーカークフェイスを買ってきたきみもついに引き撃る…。

何で私はこんなことをしているの?!

息吐きながら押すと痛くない!?

実は手で隠して押してないでしょ(笑)!? 顔が腫くさいもん!



まあみ活動停止しました…!!

ほら見て跡ついたらだけど! 流通○ンターの靴連れじゃないの!?



時と呼吸止めてる人いた。どうした!? 逝くにはまだ早いば!



—ツボマツサ足—



表情筋、動かしてるの一番で賞

今度は泣きそうになるみみ。無事、産み終わったのかな。



へっ!? そんな顔するの亀の産卵かみかかって話。なんか生まれる?

—ツボマツサ先生 ver—



ギャああああああああ

多分この時ちょっと顎外れてる(笑)。叫び声につられて森の鳥たちが一斉に大集合したって噂。

見よこの躍動感! 企画趣旨とは異なるけど元気になった証拠。でも先生にケンカは売らないで!

怒られ覚悟でこの顔掲載してみた! だって面白かったから! ただ責任は一切とりません!



よく見て! 動きは小さいけれど歯を食いしばって地味に反抗してるから! これがきみの精一杯!

どうした!? 一人だけエロ企画になった!? 謎にセクシーなまあみ♡ なんかご馳走様♡

ツボを押しまくって老廃物とサヨウナラ! 溜まりまくってるね! ストレスもそうかもだけど老廃物の話ね! これももちろん先生に教えてもらいながらオカリナ型のツボ押し器具を使い、気になる部分をフツフツッシュー! やっぱみんな肝臓弱まってる模様。お酒はほどほどに(笑)。セルフを押ししてもちろん苦悶の表情だったけど、先生に押ししてもらったその日には断末魔の叫びか。見る方は楽しいんだけどいたたまれなさも(合掌)。お腹の底から叫んだからかツボ押しが効いたのか終わった後はほんわかスッキリ。心も体も軽くなった気がするとかしないとか!

Lesson 03 ポール体操

乗っている時はアフターマッスルがストレッチされ、乗った状態で手足を小刻みに動かすとインナーマッスルが刺激され、肩・背骨・骨盤がリセット。

ポールサイド



ポールに足を乗せ、これはできると余裕をみせろモデルたち。

これは簡単そうだよわ!



貞子ですか? いいえ、ゆきのです。先ほどの余裕はどこへやら。

あら、肩肘なんてついちゃって初めてみみの普通の顔腫れた(笑)。

早くイとこ撮ってと言わんばかりのちよつと焦り気味のきみ。

これすっごい痛い!と、一人だけ痛がるまみ。足もあらぬ方向に。

先生にガン飛ばすゆきの。ちよつと地が出るから! 早く隠して!

貞子から般若に進化を遂げた。鬼瓦ってやってみて!(そんな余裕なしw)

トレーニング場の片隅で死体発見。放心状態のまみアーメン。

ポール足上げ



ポールに乗っかり足上げ。一人危うい人いる!

宙に浮くみみ!? 決してセクシーポーズではありません! 難しいと言われるポーズを笑顔でこなすまみアプロ。

ポール足上げ vol.02



先生の模範通りにこなすきみを見るまみに注目! そんな刺すような目で見なくても!

珍しくできる時はドヤするみみ先輩(笑)。できる時とできない時のギャップが激しいんだって!

よぉっって見得切ってますけど、いきなり歌舞伎始めたの!? ちゃんとポール体操して!

ツポ押しで心が折れたモデルたちに最後はポールを使った体操で追い討ち(笑)。正直簡単そうに見えるけど、正しく乗るのには至難の業。そこかしこでダルマのように転がる4人。モデルにとって最難関のポール体操だけと本来筋肉を緩め、呼吸をしやすくする筋力があから、身体がリラックスモードになるはず。だがしかし、みみは最後まで固かった…。気持ちの問題じゃどうにもならないことがあるってわかったただ勉強になりまました。心も体も使った意識が高まったことを祈る!

楽しそうに見えても真剣にこなすとヘトヘトに

さっきのプロはどこへやら? あまりにもまみがこっちの足上げが全くできず全員爆笑。

みなさんふざけてません! これがみみに本気です!にしても固すぎない!? 今日からお許飲んで!

周りの3人と比べても一際高いみみ。もう! 写りがりなんだから(笑)!

Lesson 04! メンタル デトックス

サウンドバッグをめざとく見つけた編集長! 持ち前のコミュ力で撮影許可を分取ったものの、挑戦するのはもちろんこの4人です!



昔の血が騒ぐぜ!

酒焼けが治らない! と心の叫びと共に思い一発をぶち込む。



良い男がいな!

なぜまみは倒れているのでしょうか...nuts YouTubeで確認を(笑)。

日頃からジムでキックボクシングをしているだけあって本格的なフォーム。

4kg痩せたのに何でこの撮影呼ばれたのかと憤るみみ。

好きだと言ったのに好きじゃないって言う男! ...きみ何があった(笑)?

Special thanks

リフレッシュの森



森の癒しポイントが
お出迎え!



「心と身体をリセット」するお手伝い
〒367-0313
埼玉県児玉郡神川町矢納526
TEL: 0274-52-6888
https://danjikidiet.com/
インスタ @danjiki_refresh_saitama

感想



ポールサイドがきつかった。でもたっぷりの日差しの中で久しぶりに体を動かして健康的になれた気がする!



先生のツポ押しは鬼だった…。普段、仕事から忙しすぎるから今日リフレッシュもできて体が軽くなったかな。



先生のおかげで自分の身体が老廃物だらけなことを知れたかな。でももうちょっと容赦してくれても…ねえ先生!!!



日常あまり感じる事のない自然の中でのびのびと体を動かすのはいいものだった(笑)! もはや幸せ♡

酵素ドリンクで乾杯!



お手製の酵素ドリンクのサービスが! お味は梅、麦、菜の花の3種類。お水もしくはお湯で割って飲むとそれだけで元気になれる気がする!

