

オシャレも人生も「自分で選ぶ」

CLASSY.

October 2021 **10**
クラッシー
<https://classy-online.jp/>

2021年8月27日発行・発売
(毎月1回28日発行・発売)第38巻第10号
昭和59年8月2日第三種郵便物承認

専属限定サービス
CLASSY.
+Plus
始まります!

リモワ時代、座っている時間が長い
すべての人に捧げます

恋する車いす女子の 9月の着回しDiary

切るなら? カラーなら? 前髪なら?

ヘアスタイル迷子の 人に贈る3つの選択

宇垣美里、鈴木愛理、ゆめっち、鷲見玲奈...

巷で噂の最新ビューティ トレンドが知りたい!

ドラマティックに着こなします

山崎紘菜 季節のはじめに、 黒でできること全部。

進化したユニクロの美脚ジーンズが
New Standard!!

CLASSY. 的 気がついたらずっと同じ服しか着て
いないかも...というあなたに読んでほしい!

「オシャレの取捨選択」

2021秋

SixTONES なにわ男子
INTERVIEW 松村北斗 大橋和也 中村倫也

2021 Autumn

こもりがちな毎日だから今こそアクティブ派に

自分磨き、でリフレッシュ!

プロに頼って体を整えたり、外見をキレイにしたり、ハンドメイドに没頭して素敵なアイテムを作って内面を整えたり、
カウンセリングなどで心を磨いたり、美味しい物を食べるなど。
どんなことでもエネルギーチャージに! お部屋に閉じこもっていても何でもできてしまう時代だからこそ、
一歩を踏み出してアクティブに生活してみてはいかが?



●この企画に関するお問合わせ先/
プラスワン株式会社 ☎ 03-5315-0474
<https://www.plus-1.agency/>

撮影/真板由起 モデル/鹿沼憂妃 ヘアメイク/室橋佑紀(RO)
スタイリング/平沼洋美 デザイン 黒山 卓 取材 富田由依

ブルゾン ¥12,100 パンツ ¥5,940
キャップ ¥5,280 (すべてMila Owen/
Mila Owen ルミネ新宿2店) Tシャツ
¥4,950 (SNIDEL/SNIDEL ルミ
ネ新宿2店) バッグ ¥42,900 (ステ
ート オブ エスケープ/サザビリー
グ) ピアス ¥4,320 (アビステ)



1 現在は全てZoomを用いたオンライン。Slackというアプリも活用し、同じ意識の受講者同士で共感しながら講座を受講できます。2 「プライベート・ヘルスコーチング・セッション」では、疑問や不安なことは、その日のうちに相談でき、返事がもらえる安心感付き。3 ソフィアウッズ・インスティテュート代表、公認統合食養ヘルスコーチ (CINHC)、公認国際ヘルスコーチ (CIHC) の森ちせさん。

統合食養学（ホリスティック栄養学）とは、健康で幸せになるために、心と体の繋がりを食とライフスタイルを通して実現する、NYで始まった新しい栄養学。体だけでなく、心の栄養をも包括する統合食養学のアプローチは、科学的な裏付けを有し、米政府にも認められています。何かを避けるのではなく、良いもので心と体を満たし、完璧ではない90%程度の努力で、心と体を幸せにしませんか？

DATA

定休日／月曜、火曜 その他／ヘルスコーチングは完全予約制、銀行振込制 URL／お問い合わせはこちらから <https://www.sophiawoodsinstitute.com/> 【ニュースレター登録】 <http://eepurl.com/dtf3EP> Instagram／@sophiawoods_chisemori



Menu ①【マインド・ボディ・メディシン講座セルフドクターコース】1年コース（90～120分・月1回×12か月）、半年集中コース（90～120分・月2回×6か月）ともに¥101,500。追加受講料：1講座¥6,500。②【ホリスティック栄養学コース】①修了者対象。③【ホリスティック栄養学コース】①修了者対象。

CLASSY.読者限定特典

④ 予約時に「本誌を見た」で、①の追加受講料を半額に。※2021年9月から「半年コース」の新学期申し込みから、2022年3月期（1年コース）の申し込みまで有効。