

Start!

今、身体の中で  
無くしたい毛がある。

Yes!

3/4分以上ある

No!

気になる部位の  
毛の状態や回数など  
カウンセリングに  
お越し下さい。

GOAL!

No!

素晴らしい!!  
ツルツルスベスベのお肌を  
手に入れてるあなたは  
女子力が高い!

GOAL!

気になる部位の  
毛の状態や回数など  
1度カウンセリング  
にお越し下さい。

GOAL!

全身。又は  
お顔・上腕・前腕・襟足  
背中上・背中下胸・腹部  
Vライン・Eライン・Oライン  
ヒップ・ひざ上・ひざ・ひざ下  
の中にある

Yes!

No!

脇・手の指、甲  
足の指、甲  
乳りん周り  
おへそ周り  
の中にある

Yes!

当店の美肌脱毛は美肌効果のある光を  
あてていきますので本当にキレイになります

Christmas Present for you.

こちらのブースからのクリスマスプレゼントは...

Vライン Iライン Oラインいずれか

一箇所  
1000 縁

当てたいところは綺麗に剃ってぎてね!

今回は今年の最後のニュースレターとなります。

今年1年本当にありがとうございました。皆様へ厚く御礼申し上げます。

本当にあっという間の1年間でした。私ごとですが山あり谷ありで色々試されることがありましたが、  
なんとか皆様に支えられて今日までやって来れました。

くじけそうになったり悩んだりした時に

【楽しいか楽しくないかで判断する】

【美しいか美しくないかで判断する】

そして、

【魂が喜ぶことをする】

これが私の美学です。

来年はこれに加えて【ブーメランの法則】を取り入れていこうと思います。

まだまだ未熟者ですがこれからどうぞ宜しくお願いいたします。

最後に...

誰かの光に輝かせてもらうのではなく

自分の光で輝けるような人生をこれからは送りたい...

来年も皆様に全ての良きことが雪崩のごとく起きますように♡

それではよいお年をお迎えください。

渡辺智子

嬉しい!楽しい!大好き!幸せ!愛してる!ありがとう!ツイてる!

お肌と身体と心のトータルサポートを目指して  
長野市のエステサロン プリマ・ベラがクリスマスにお届けする

月刊 プリマ・ベラ通信

株式会社セラフィーナ / プリマ・ベラ

〒381-0034 長野市高田1747 MEGAドンキホーテ パーキング内

フリーダイヤル 0120-020-635 / TEL 026-263-5247

NEWS LETTER Christmas edition

メリークリスマス!

♪「兄」は夜更け過ぎに「ゆきえ」と変わるのさ〜〜♪

(雨ば夜更け過ぎに雪へと変わるだろう〜〜)

この時期になるとこの嘉門達夫の替え歌を思い出す渡辺です♡

みなさん、今年のクリスマスはどなたとお過ごしですか?

私ばと言いますと息子も東京から帰って来ずで...何して過ごそうか考え中です^^

23日24日25日とお店は営業しています。

夜は暇です(笑)

何もなくてもなんだかウキウキするこの季節

新年も近いし残りわずかな今年を目一杯楽しんでしましょ!!!

ささやかではありますがプリマ・ベラからの

プレゼントをどうぞお受け取りください☆\*... o(≥▽≤)o ...\*☆

渡辺からは来店のお客様に素敵なプレゼントをご用意しています。



東京にリセラのお勉強に  
行ってまいりました。



雪深い中野市です

いよいよホームページが新しくなります。  
ワクワク♡  
スマホでも見れるようになります。  
こう見えてとっても繊細なデザインをも  
手がけるデザイナーの方です。



プリマ・ベラ (予約制エステサロン)

# スタッフボイス

次男からクリスマスプレゼントが届きました♡手作りの品々です。  
毎年、作ってくれますが、「今年はどうなのだろう」とその年、その年の次男のセンスを楽しみにしている母なのです。

プレゼントは、贈る側も贈られる側も心がほっこりしますよね！  
皆さんもどんなほっこりがありましたか？

そしてお知らせがあります。

私、勝見美香は新たな一歩を進むためにプリマ・ベラを辞めることになりました。  
一年間とても楽しくお仕事させて頂きました。寂しい気持ちもありますがオーナー渡辺智子に、  
勇気と楽しく、自分らしく生きることを教えてもらい、一歩前進したいと思います。  
こちらで働くことによってどうすべきか迷っていたことがはっきりとしました。

自分に自信もつき、主人の美容室と一緒に働きたい！という想いがやっと実現しそうです♡  
短い間でしたが、皆様ありがとうございました。

また女子会には参加したいと思っていますのでどうぞ宜しくお願い致しますm(\_ \_)m



寒いのは好きですが、運転が苦手な絹絵です。  
冬は山へ行きスキーやスノーボードしてみたいですと言いたい所ですが  
山の雪道運転は更に苦手と言うより出来ません(ToT)  
私の冬の室内遊びのオススメはスケート！温泉！です！！  
スケートはMウェーブです。

何十年ぶりに履いたスケート靴。  
初めての方には『初めて教室』もあるようでしたが、予約が  
いっぱいという事で、教室を横目に、滑るというよりロボット  
のような姿でしたが楽しかったです(〃▽〃)

温泉はよく行きますが、妙高市にある『温泉かふえ』は、  
温泉や漫画、インターネット、卓球、ビリヤード、カラオケ  
などあり一日ゆったりできてオススメです♪  
冬まだまだ長いので、皆様の冬の過ごし方もお聞かせください  
いね(^\_^)

今年一年ありがとうございました！  
来年もどうぞよろしくお願いいたします！



# ワンポイント・マナー講座

クリスマスディナーに招待されて食べ始めたけど…

あれ？途中のナイフとフォークはどうやって置くの？

ナイフの刃はどっち向き？

途中、ワインを飲みたい！パンを食べたい！

そんな時のナイフとフォークの置き方のおさらいです。

食事中



食事の途中はナイフとフォークをハの字型に置く。

食事終了



食事を終えたらナイフとフォークをそろえて斜めに置く。

## 12月の女子会は…

今回で5回目となる女子会も本当に笑いが止まらなくてみんなで  
腹筋を鍛えることが出来ました。

忘年会真っ只中のこの時期にやっと予約ができた洋風レストラン  
「くらんぶ」まん。お食事がとっても美味しくノンアルコールの  
皆さんもご満悦な様子でした。

二次会は なんど！るるるんるん♪のカラオケに行きました。  
ここでは顔の筋肉が痛い！腹筋が痛い！とスポーツジムを超えるほどの  
脂肪燃焼を体験していたみたいです。

この体験をご希望される方は是非、わたくし渡辺まで♡  
いつでも一緒にさせていただきます^^



## 次回の女子会は…？

それでは来月の女子会の日程を

ご案内致します。

**1月21日(土)**

**参加費：5,000 程度**

皆様のご参加楽しみにしております。

参加表明は14日までに

宜しくお願いします。

Christmas Present for you.

まつモカール 1回プレゼント♡

先着 20 名さま限定 24 日 10 時から 15 時までです。

ご来店くださいませ。

★お買い上げの日から 1 年間有効



1月の営業時間

お休み

1日 2日 8日

営業時間の変更

16時まで

6日 26日 27日

