

# Choki

ガールズ  
ヘア&ファッションマガジン

<http://www.naigai-p.co.jp/chokichoki/>

チョコチョコキ6月号臨時増刊

チョコチョコキ  
ガールズ

# girls 7

Vol.

¥500

cover :  
apish jeno x Rina

森 girl サマースタイル

## 森へようこそ...♡

スター☆モデルちよいギャル宣言

## 109mix!!

おしゃれガールズ今旬Hitデニムはこれ!!

## デニム★フェス 2010

どっちにしよっか?

ガリーヘア☆

ボーイッシュヘアカタログ

# 春 → 夏 Hitコレクション





Choki  
girls

Vol.7

# girls CONTENTS

チョコチョコキ ガールズ

## 春→夏 Hitコレクション

COVER

モデル/田中里奈  
撮影/有坂政晴 (STUH)  
ヘア&メイク/堀江昌樹 (apish jeno)  
スタイリング/新園格紫  
(BABAKEISUKE OFFICE)  
表紙デザイン/大山真貴子  
(アマチデザイン室)

2010©(株)内外出版社



- 4 2010人気集中サロンの森girlサマースタイル  
**森へようこそ……♡**
- 3大お流行りコーデにカップルでトライ!  
ウエスタン、ヴィンテージmix、サーフリゾート
- 16 **発表!! 夏のトレンド  
スタイル Best3**
- スター☆モデルちよいギャル宣言
- 34 **109mix!!**
- おしゃれガールズ 今旬 Hit!! デニムはコレ!!
- 42 **デニム☆フェス2010**
- おしゃれ度 up から、  
コンプレックス解消までALL カバー!!
- 64 **パーマがあればコワくない!!**
- 夏直前緊急企画!!
- 74 読モ、サロモ、サロンスタッフがロコミ!  
**本当に効いたダイエット大公開!**
- 83 肉食、草食、雑食男子のしくみを解説!  
**男のコの取り扱い説明書**



- 91 恋に効く♡効く♡ LOVE Cafe  
**恋バナっ!!**
- 編集部と読者のみんなで作るページ!  
96 **girls studio vol.5**
- 初夏のKAWAII ヘア計画☆
- 99 **めざすはガーリー&  
ボーイッシュ**
- 前髪、伸びかけ、黒髪…アナタのお悩み解決!!
- 120 **出勤!! アレンジお悩みレスキュー隊戸**
- プレマッサーからお直しテクまで
- 132 **崩れ知らずの夏肌メイク**
- 夏の準備!!
- 142 **目指せほめられ あい・うで・背中!!**
- vol.7登場サロンの
- 149 **ウチのサロン  
こんなサービスあります☆**
- 14 COVER SHOT
- 160 読者モデル募集用紙
- 161 メーカー&ショップ問い合わせ先リスト
- 162 CHOKI CHOKI girls プレゼント



おしゃれキングのブログも読めるし、服も買えるよ  
<http://www.naigai-p.co.jp/chokichoki>  
 この本を読んだ感想を送って♡ [choki-2@naigai-p.co.jp](mailto:choki-2@naigai-p.co.jp)

立ち仕事の  
サロンスタッフが大絶賛!!

## メディキュット

段階圧力設計が血行やリンパの流れを促進し、むくみを解消してくれるよ。外用、家用、寝るとき用など様々な種類があるので、好みに合わせてチョイスしよう。



寝るときには  
はいています。  
むくみが本当に  
消えます

帰宅後30分  
メディキュットを  
着用するのが  
日課!



アットラブ  
小松さん



ラティカル  
高橋さん

(左)寝ながらメディキュット  
ショート2100円、(右)おうち  
でメディキュット びざ下  
HC2625円/ともにドクタ  
ー・ショール フットケア相  
談室

リラク泉 ゲルマバ  
ス(25g) 273円/  
石澤研究所



## ゲルマニウムを おうちのお風呂でも堪能! ゲルマニウム 配合入浴剤

ゲルマニウム温浴20分は有酸素  
運動2時間分の効果があるとも言  
われてるよ。ゲルマニウム配合の入  
浴剤なら、ゲルマニウムのお風呂が  
自宅で楽しめちゃう。

汗がめっちゃ  
出て、効果が  
実感できます!



フローチ  
高橋さん

# グッズ編

自分の力だけじゃ難しいときの頼れる助っ人

いろんな種類があるグッズだからこそ、効果があるアイテムが知りたい! 何かしながらできる“ながら”ダイエットが人気。

マッサージで  
セルライトを撃退しよう

## ヴェレダの ボディオイル

ハーブ調の爽やかな香りのマッサ  
ージオイル。マッサージで血行を促  
進して、老廃物を押し流すよ。肌を  
キュッと引き締めて、なめらかな  
手ざわりにシフト!!



ヴェレダ ホワイト  
バーチ ボディシェ  
イブオイル(100ml)  
3990円/ヴェレ  
ダ・ジャパン

別名  
セルライト  
オイルって  
呼ばれていて、  
塗るだけでも  
効果が!



ラクセ  
HANAさん

コロコロ  
してると、あつたく  
なって燃えてる  
感じがする



リッツ北沢  
上田さん

バンバンに張った  
脚がすっきりと。  
お風呂上りに  
使うと◎

ダントツ人気の  
ダイエットグッズ!

## コロコロローラー

IKKOさんが紹介したことで大ブームに。ローラーに付いた突起がセルライトを撃退! TVを見るときなど、ながらでできるのが人気の秘訣で、顔用、脚用などバリエも豊富だよ。



(上)セルローラー 714  
円、(中)レッグセル  
ローラー 1029円、(下)フ  
ェイスアップローラー  
1260円/すべてコジツ  
ト

お風呂で  
マッサージ。  
お風呂上がり  
もボカボカ  
です

## バンドを巻いて、身体のゆがみを治す! 巻くだけダイエット



1回3分を目安に、自分  
が気持ちいい強さで  
巻くだけ。バンドを  
使うことで普通のエク  
ササイズより10倍の  
ダイエット効果が!  
ゆがみを治しながら、  
脂肪を燃焼するよ。

「バンド1本でやせる!  
巻くだけダイエット」(バ  
ンド付き) 山本千尋著  
1575円/幻冬舎

簡単にできて  
ラクチン。3か月  
で-3kg!



リッツ代官山  
友石さん



巻いただけで、  
-2kg  
に成功  
しました!

ラブ 黒塚さん



インドエステ ヒートラップ  
ジェル(220g) 1260円/  
バイソনお客様相談室

お風呂は絶好のマ  
ッサージタイム。温  
感ジェルでマッサ  
ージすれば、身体が  
温まって、汗だくだ  
くに! ホット成分、  
引き締め成分、うる  
おい成分もバラン  
ス良く配合。



フローチ  
大宮さん

お風呂に入ったときに  
マッサージしよう!

## 発汗マッサージジェル