

さて、顔の次はボディ。スポーツ系モデルとしては最も関心の高いところ。正直、カラダには自信ありなだが、千田さんから「惜しいです。下腹部に多少脂肪がついてますね」と指摘を受け、ちょっとショック。で、1秒間に100万回もの振動を起すミリオンウェーブにチャレンジ。

「固くなってしまった脂肪組織は、運動をしても燃焼されにくいので、まず、皮下脂肪をほぐして燃えやすくしてあげる必要があります。ミリオンウェーブとこのあとに行うセラライトバーンは、この点において効果がありません（千田さん）」

そのセラライトバーンだが、ミリオンウェーブに比べてゴリゴリとした痛みを感じる人が多いそう。覚悟していたけど、なんだ、全然痛みを感じない。脂肪が凝り固まって

短時間で衝撃的な発汗量と筋肉刺激。最新ボディエステで全身を引き締める。

いる人ほど痛がるというから、僕には凝り固まった脂肪があまりないということなかな。腹まわりがほぐれたところで、1人用サウナに。顔だけ出してすっぽり箱の中に入る。大量の汗が噴出している。おお、顔からも滴り落ちている。きつと、脂肪がガンガン燃えているのだから。たつぷり汗をかいた後は個室に戻り、ファットバーンという中周波のマシンで全身の筋肉運動。

「ファットバーンはカラダの奥深い体幹部の筋肉にも働きかけます。山下山さんは、口頃、猫背気味で姿勢が悪いのが気になる」とおっしゃっていました。インナーマッスルを鍛えることにより改善されると思いますが、（千田さん）

このファットバーンには驚いた。体力には自信があるのでポリウムを強めに設定したせいかもしれないが、終わったあとに相当な疲労感と筋肉痛があった。トレランで20kmを走り終えた直後のよう。たった10分ほどの体験なのに、これほどまで筋肉を使うとは……。今日だけで1〜2kgは体重が落ちているだろう。カラダも引き締まったようだ。またまたワンランクアップしちゃったぜ！



1 ミリオンウェーブ。1秒間に100万回のマイクロの波で固くなった皮下脂肪をほぐす。
2 セラライトバーン。強烈な吸引力で凹凸肌を揉みほぐし、ボディラインを引き締める。
3 ファットバーン。全身のツボと筋肉20か所に中周波を流し、有酸素運動と同様の脂肪燃焼を促す。



今回、施術を担当いただきました千田さん。緊張がみだつたが、僕に積極的に話してくれました。

たかが毛と侮るな。その一本で水の泡。デザイン脱毛で男前アップ作戦。

夏になると肌の露出が増え、当然男女ともに脱毛のニーズが高まる。しかし、メンズの脱毛にあたっては、それだけではないらしい。例えば、髭。自分の好きなスタイルにデザインするデザイン脱毛なんというものもあるそうだ。1本ずつ抜いていくので細かいデザインが可能で、カットよく髭を生やしたいと思ってる人にはうってつけ。

また、僕のように肌が弱く、カミソリ負けしやすい人にとっても髭の脱毛は魅力的だろう。今回は残念な

がら、他の仕事の都合で髭を伸ばさなければならなかった。髭の代わりに（というのもヘンだけど）、へそ毛を脱毛してもらったことになった。髭の脱毛方法は美容電気脱毛と呼ばれるもので、毛穴の毛産生部に直流通電と高周波を当ててムダ毛を処理する方法です（千田さん）

この方法、電流を流すときにチクツとなる。耐えられないほどではないが、やはり男前を極めるためには多少の試練も必要ということなのだ。でも、しばらくすると、なんだか慣れてきた。瞬間にギョッとお腹に力を入れればそれほどでもない。

「山下様のおへそ毛は青い盛りの成長毛が少なく、ピークを過ぎた毛が多かったです。生え変わりを促すためにも、一度ワックスで古い毛を全部脱毛してみたいかがでしょうか（笑）」

えーっ、ツルツルにですかあ。おーっと、そこまではちょっと……。確かに男を磨き、腹も磨くつもりだったけど、どうなんでしょう、少しくらいへそ毛があった方がセクシー度がアップすると思いませんか？

「実は全部抜いたとしても、その時点で表面に見えているのは、毛穴全体の3割にしかすぎないんです。だから、完全に生えなくなるまでには数回の脱毛施術が必要になります」（千田さん）



1 脱毛前の山下のへそ毛。仕事の都合で髭はNGなので、それほど濃くはないが、へそ毛を抜くことに。
2 毛穴に電気と高周波を流して毛産生部を固める。そのまま引き抜くと、毛は生えてこない。
3 施術を行うのは、アメリカの「CPE国際脱毛士」や日本の「美容電気脱毛検定」の資格取得者。
4 髭のデザイン脱毛もちょっとだけ。抜く・残すという選択が1本単位でできるので自由なデザインが可能。
5 脱毛後の山下のへそ毛。太い自立った毛がなくなり、自慢の腹筋もすっきりとした印象になった。



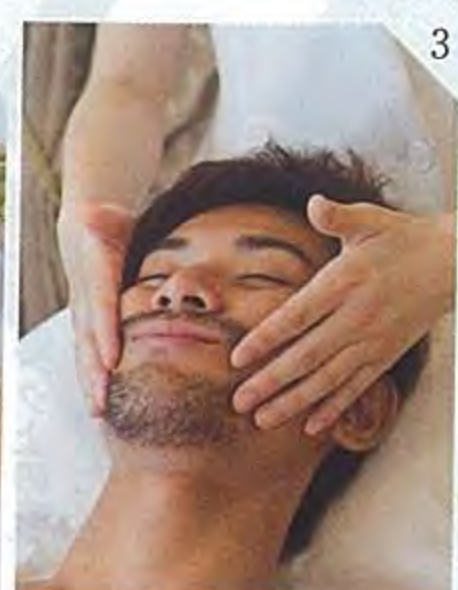
6 10分ほどで固まる。パックを剥がしたら、肌がしっかりと潤った感じ。



5 ほのかな笹の香りが清々しい。メントールで爽やかな気分になる。



4 笹の粉末とメントールを配合したオリジナルのフェイスパック。



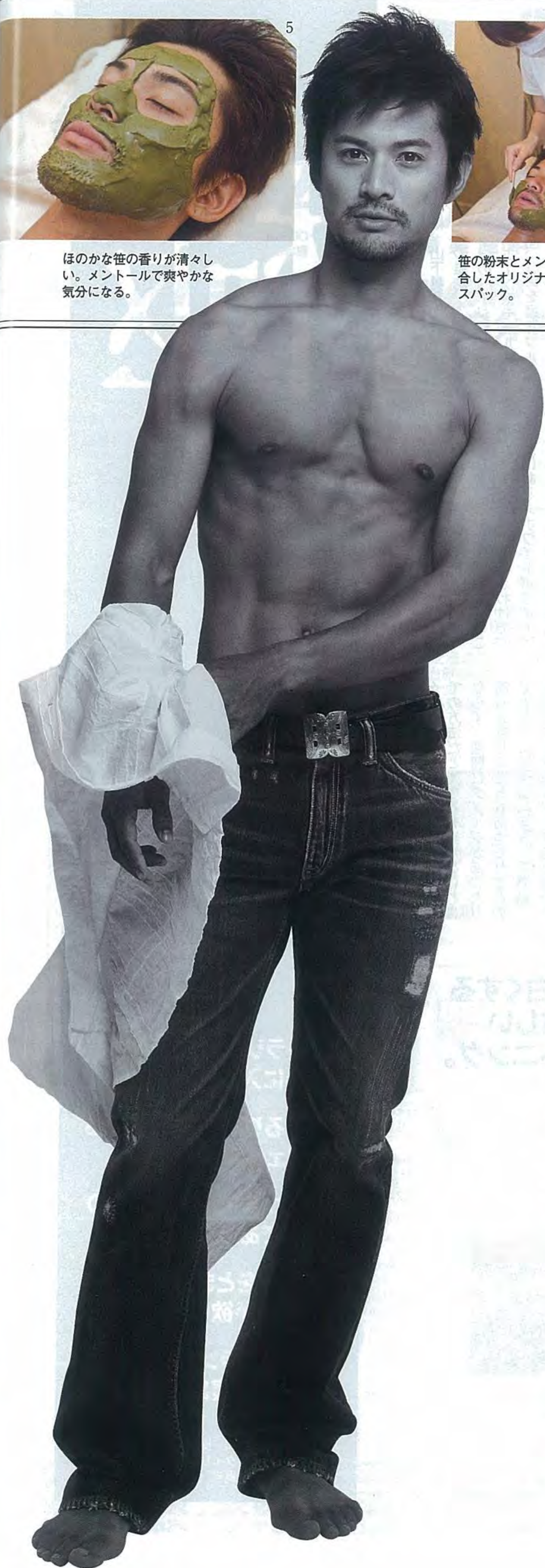
3 骨格に沿ってたるみを引き上げ、すっきりしたフェイスラインに。



2 頬や顎をつまみ、刺激を与える。脂肪をほぐし、燃焼しやすくする。



1 リンパ液、血流を良くし、胸元から首の滞った老廃物を流すマッサージ。



プロの腕でカラダと顔をブラッシュアップしてもらおう。

ワンランク上のモデルを目指して次に僕が門を叩いたのは、日本で最初に男性専用エステティックサロンを開業した〈ダンディハウス〉。この赤坂店は西洋風のラグジュアリーな構え。初めての体験と日常とはまったく違った空間に多少緊張したけど、施術はプライベートな個室という優越感に気分はアゲアゲ。〈ダンディハウス〉のメンズエステは痩身美顔、脱毛と主に3つの部門に分かれています。

まず挑戦したのが美顔部門のフェイススリムコース。ハンサムフェイスは顔のラインで決まるとのこと。ここはひとつ、よりシャープなフェイスラインにしたいと決まらした。今回は、エステティシャンの千田さん。最初はアルコール。クリームを使用して胸元から首にかけてのマッサージで、顔への血流を良くし、滞った老廃物を流しやすくするそう。次にリンパドレナージュと呼ばれる頸や頬に付いた脂肪をほぐすマッサージ。

そして、リフトアップ。顔の骨格に沿って表情筋を引き上げる。頬をつまみえたり、顎をかき上げられたり。顔の筋肉ってこんなに動くのかと思うくらい。自分の顔は見られないけれど、なんか顔が福笑い状態になっているような気分。でも、こうすることでむくみやたるみを取り、小顔に近づけていくんだそう。初めて顔をマッサージしてもらったけど、思いのほか気持ち良かった。で、マッサージ後のケアとして、最後にフェイスパック。

「笹の葉の粉末とメントールが配合されたこのパックは、保湿と美白の効果があります。また、顔に赤みが出やすい方も、このパックで沈静化することが出来ます。効果を高めるためにラップで巻いて、蒸しタオルを乗せるコースもありますよ」（千田さん）

僕はカミソリ負けしてしまっただけの顔の肌質の弱さだけ、今日は一切問題なし。それに日頃カラダの筋肉を意識して鍛えているけれど、顔の

筋肉って使わないところは本当に使わないんだろうなって思った。使わなければ衰えるのは顔の筋肉も一緒。あまり使っていない筋肉に刺激を与えてもらって、表情が命のモデルとしての表情筋トレ＆顔マッサージの必要性に目覚めた。それに血行を促進させるのは、むくみや肌荒れを抑えるのに必要なこと。ううむ、またワンランクアップしちゃったような感じがするぞ。



〈ダンディハウス 赤坂店〉
東京都港区赤坂6-6-3SUH赤坂2F
☎03-3568-2381
営業日 11:00~21:00、土日祝 10:00~19:00
http://www.dandy-house.co.jp/
フェイススリム15,750円
トリプルバーン痩身法23,100円
美容電気脱毛 (30分) 7,875円

フェイスエステで小顔と豊かな表情を手に入れよう!