



Shirokumaya CAFE
 36/4 Soi Sukhumvit 39 ☎098-883-1128 🕒9:00~18:00
 shirokumayacafe shirokumayacafe @shirokumayacafe



ソイ39のお子様連れ大歓迎のカフェ♥パン販売開始!【北海道しろくま屋2号店】
 只今、2週間毎に変わるランチメニュー大好評★日本で旬のメニューをどうぞ♪
 おいしいスイーツと他にほないスペシャルドリンクもお楽しみ下さい♥

お子様とくつろげるカフェ!

1階はテーブル席、2階はお子様とくつろげるソファベッド席

ボイスホビークラブのメンバーカード提示で、

ランチセット 10%OFF♥
 [2020年1月末まで有効]

スパークリングワイン(赤・白) 飲み放題90分♥
 ランチと同時のご注文: B240
 飲み放題のみ: B300

Morning Set B180+VAT7% (9:00~11:00)
 ボリューム満点のモーニング♥
 ふわふわ卵と野菜たっぷりのサラダ。
 自家製パンはお子様も安心。

Lunch Set B260+VAT7% (11:00~14:00)
 選べるメイン: タコライス・パスタ・ミートドリアなど
 スープ・サラダ・パン・ドリンク付き
 +B50でデザート(カットシフォン/プリン)プラス可♥

フラフィータ
 牛乳だけで驚きの甘さ♥
 フワフワ泡をお楽しみ下さい。
 (プレーン・バニラ・キャラメル・チョコ・ヘーゼルナッツ)

All Day Menu
 サンドイッチセット B190
 パニーニセット B200
 その他アラカルト

NEW 北海道の小麦粉を使い味にこだわったパン ついに完成しました〜♥

全部で約40種類★

お誕生日会・送別会などのパーティプランあり♥

1993年設立のカルチャーセンター Voice Hobby Club が発行する雑学誌

FACE

VOL.21

NOV.DEC. 2019
 JAN.2020
 季刊誌

Published by
 Voice Hobby Club

Free ご自由にお持ち下さい

タイで、アジアで、世界で出逢った顔



さあ、お友達を探そう♥
おかげさまで FACE6周年

マッサージや整体に通った腰の痛みが良くならなかった方へ

朝起き上がる時、前かがみをすると痛みが出る
 少し歩くとお尻から足にかけて痺れるが出る
 痛みが強くなるので外出や運動を我慢している
 痛みが出て2ヶ月以上経つが痛みが変わらない
 病院に行ったが何も異常がないと言われた
 湿布を貼っても薬を飲んでも良くならない
 整体やタイマッサージに通ったが期待するような改善が得られなかった

特別価格 初回お試し 1,000バーツ

1日1名様限定(2週間限定)

楽トレ治療を受けられた方の声

ジャズミンさん 31歳

おへそ周り: スタート時 73.0cm → 3ヶ月後 (45回目) 66.3cm

きっかけ 産後の体型を改善したかったから。
 感想 予想していた以上にすぐに効果が出始めたので驚きました。ほねつき以外には何もトレーニング等はしていないのに、たった3ヶ月でお肉が見事に引き締まり感動しています。むしろ、腰回りは産前よりも引き締まったと思います。施術中、スタッフの方々が優しく子供を見て下さった事も嬉しかったです。ほねつきに通うのが平日のリフレッシュタイムになっていました。

ミミさん 41歳

おへそ周り: スタート時 80.0cm → 3ヶ月後 (24回目) 73.0cm

きっかけ 姿勢の悪さが気になり体感を鍛えたかったから。
 感想 レベルを上げていくのが思ったより大変でした。苦痛の30分、自分に負けないように少しずつでも数字が上がるように頑張ってみました。筋トレモードに入ると、お腹の余分なお肉がスリリしていくのが分かって効果が実感できました。

匿名希望さん 30代

おへそ周り: スタート時 86.2cm → 3ヶ月後 (26回目) 81.0cm

きっかけ 2人目出産後、鏡越しのお腹のたるみが気になり、トレーニングをするヒマもなかったから。
 感想 始めのころは痛かったけど、徐々にその痛みにも慣れてきて継続的に通ううちに「今日は何段階まで上げられるように頑張ろう」「今日は体調がイマイチだからまた今度頑張ろう」と思えるようになりました。数字で強さを示しているため、私的には目標を明確化しやすくて助かりました。後は、施術後の汗が回数を重ねる毎に増えた気がします。痛みからの冷や汗も考えられますが(笑)少しずつ代謝も上がっていったのかな?実際に3ヶ月後にはお腹周りもだいぶスッキリしました!

※効果には個人差があります

ほねつき
 - スクンビット 49 店 -

LINE@: @wcr6632c

ほねつきは日本で約100店舗展開。年間762,867人の患者様に喜んでいただいております!

要予約!! 大好評!! 無料★姿勢分析体験会 @ボイス
 11/8(金)、12/11(水)、1/17(金)
 お電話でご予約・お問い合わせ下さい★

場所 RQ49 モール3階、スクンビット 49 (サミティヴェート病院の隣)
 時間 月~土 9:00~19:00 (最終受付18時)
 日 9:00~17:00 (最終受付16時) 木曜定休
 ☎095-961-3581 (日本語)
 ☑HONETSUGI 49 ☑ほねつきスクンビット 49

サミティヴェート病院の隣
 J Avenue
 Nihonmura Mall
 Thonglor Soi13
 Soi 49
 Soi 51
 Soi 55
 Sukhumvit Rd.
 BTS Phrom Phong BTS Thonglor

FACE(フェイス) VOL.21 NOV.2019 Publisher:Noriko Oka Voice Hobby Club 155-3F Sukhumvit Soi49(Klang), Sukhumvit Rd.,Klongton-Nua, Watana, Bangkok ☎02-119-7250~1 FAX02-119-7251 FREE COPY