# 第 1 章

2

まえがき

「初回面談」今あなたは幸せですか

好きなタレントは誰ですか

結婚カウンセラーを上手に使ってください

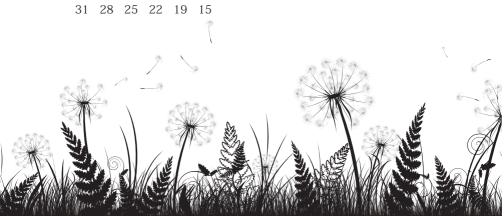
類はルイルイ

想像・妄想・イメージしよう

子孫繁栄を願うのは結婚してから

白馬に乗った王子さまはどこですか

13



## 第 2 章

43

後悔しない人生を送ろう

決断したら臆することなく行動しよう

自分の人生をプロデュースしよう

「お見合い」出逢いの準備を整えましょう お見合いの心得

65 54 51 68 62 58 46

あなたの隙間にピッタリとはまるお相手などいません

自分を"まるっと』愛しましょう

日々の心のありよう

自分の婚活市場価値を知ろう

自分自身を見つめ直してみましょう

時間に振り回されていませんか 婚活はお互いさまの精神で



### 第 3 章

# 「交際」自分に向き合い結婚相手を見極めましょう

ファーストデートはゆる~くね
相手のペースに寄り添う ――――――
あなたの普通はややこしい
言葉で伝えることの大切さ
価値観を見直しましょう
もらってうれしい贈り物
自己憐憫・責任転嫁・依存心

自

価

年齢や性別に関係なく、素直で謙虚な人が成婚します

103 99 96 93 90 88 85 82

76 79



73

チャンスを掴む

レアな原石を見つけよう

### 第 5 章

「ご成婚」幸せになるために

137

144 141

結婚したら孤独ではなくなりますか

日本の現状

感動のアップデート

結婚生活をシミュレーションしてみましょう

男性脳と女性脳

相手の気持ちがわからないとき

それは結婚以前の問題です 結婚と仕事は両立できますか 結婚にドキドキは必要ですか

134 130 125 122 118 115 111

「真剣交際」結婚に向けて具体的な会話を重ねましょう

一握りではなく一摘みです ――――――
一握りではなく一摘みです
一握りではなく一摘みです

160 157 153 150 146

