

まえがき

近年のボディメイクブームにおいて気をつけなければならないこと……

「うわっ、大変身！」

面白いなく、ボディメイク術の紹介番組……。

そしてツッコミどころ満載だな。

と、別の意味でもワクワクしながら見えています。

でも、楽しいし面白いのでテレビ番組としては正解なのです。

だから私は、ボディメイク術の紹介番組をいくつか見させていただきます。

テレビは面白くないと視聴率が下がってしまいますからね。

連ドラとかもハマる時があります（笑）

自己紹介が遅くなりました。

私、「ウエスト馬鹿（ばか）」の塚本と申します。

ご依頼者の骨格に合わせて、ウエストをデザインするお仕事をしています。

女性でしたらウエストがキュッとくびれ、男性でしたらお腹が割れている等、男女共にウエストが締まっていると

綺麗でカッコイイ！

そんなウエスト馬鹿の主観的要素がたつぷりと詰まった独特な本です。

そして内容ですが、綺麗なウエスト（くびれ）を作る為に必要最低限の考え方をまとめました。

本書をお読み頂き、少しでもウエストに対する考え方やウエストデザインに興味をお持ちいただければ幸いです。

先ずは、本書の特徴をお伝え致します。

※なぜなら、特徴を始めに提示しておかないとツツコミどころしかない本になってしまうからです。

- 1…論点は綺麗なウエストを作る為に必要な考え方について。
- 2…ここに記載されている内容が全てではございません。
- 3…ウエスト馬鹿の自由奔放で主観的要素しか含まれていません。
- 4…私だったらこういうツツコミしてるな〜って、考えながら読んでみて下さい。
- 5…ウエストデザインが一番いいよ！ っつえずつと言っています。しかし、他にもたくさん良いものはあります。

以上を前提にお話します。

そして、本を購入したけど既に読むのが怠くなったという方。

閉じないでください！

6章だけでも読んで下さい！

(案外まとまっています！)

それではウエスト馬鹿が紹介するウエストデザインの始まり始まり……。

塚本
勇也