

# 目次

はじめに 4

## 第1章 モテ。それは幸せを呼び込むハッピーワード 15

1-1 モテ男になりましょう!

①モテ男の定義 ..... 16

②どうしてモテ男になつて欲しいのか ..... 18

③モテ男しか女性をモノにできない? ..... 19

④モテ男の幸せのループ ..... 21

1-2 まずは、見た目をモテ男にしよう

①下着、洋服をきちんとお洗濯しましょう ..... 22

②スニーカーの内側にフアブリーズしましょう ..... 23

③お洒落な男性をウオッチングしましょう ..... 23

④美容院に行きましょう ..... 24

⑤カジュアルな洋服を買いに行きましょう ..... 24

## 第2章 恋愛偏差値を上げるには人間力をUPせよ！

27

2-1 恋愛偏差値別 婚活対策

28

2-2 必ずおさえない婚活テクニック、基本のキ

33

①笑顔

33

②楽しそうに話す

35

③褒める

38

### 小説風に解説！ 『モテ男への道』 結婚相談所で実際にあった婚活失敗話

結婚相談所千葉スウィートハートのベテランカウンセラー「スウィートさん」からの実践アドバイス付き！

41

1 恋愛ビギナー編

42

2 恋愛中級者編

52

3 恋愛上級者編

62

コラム1 結婚相談所スウィートハートならでは！「愛のフォローアップ」

67

第3章 婚活の落とし穴を知っておこう 71

3-1 理系くと文系くん。それぞれの弱点について

72

コラム2 仲人型結婚相談所ならでは！「お断り代行」 79

3-2 婚活女性たちに聞きました。「モテ男になれなかった輩たち」

82

①先走ったオトコたち …………… 83

②自分の要求ばかりのオトコたち …………… 85

第4章 ここで再び「モテへの道を行く！」と決めよう 89

4-1 モテ男はやっぱり素晴らしい

90

4-2 マインドに「モテる」を浸みこませる方法

92

①毎日できるモテ男イメージ …………… 92

②潜在意識にモテを覚えさせる …………… 93

## 第5章 よしっ！ 具体的に婚活を進めていこう

95

5-1 準備はできましたね。では出会いた！

96

- ①婚活パーティー ..... 96
- ②出会い系サイト ..... 97
- ③趣味の教室やオフ会 ..... 97
- ④合コン ..... 98
- ⑤マッチングサービス（アプリではなく結婚相談所バージョン） ..... 99
- ⑥結婚相談所（仲人型） ..... 100
- ⑦紹介 ..... 101
- ⑧運命的に出会う ..... 103

コラム3 結婚相談所ならでは！「仮交際中は何人付き合ってもいい」 104

5-2 さあっ！ 1回目のデートへ

106

- ①前日の準備1 ..... 107
- ②前日の準備2 ..... 107
- ③前日の準備3 ..... 109

④当日の準備 .....

⑤本番 .....

⑥アフターフォロー .....

⑦1回目のデートの注意点 .....

5-3 やったね！ 2回目のデートだ！ ついでに3回目もいっちゃおう！

Q オシャレな店を知りませんか。どうしたらいいでしょう？ .....

Q デートの支払いはどうすべき？ .....

5-4 告白

コラム4 仲人型結婚相談所ならではの！「仮交際と本交際」

5-5 キス

①手も繋いでいないのにいきなりキスを迫るのはハードルが高すぎます .....

②もしもいきなりムラムラしたとしても、道端などでキスを迫らないこと .....

③どの程度のキスが望ましい？ .....

5-6 プロポーズの前に

5-7 いよいよ、プロポーズ！

