

## まえがき

こんにちは。私は現在39歳、6歳の息子を育てるシングルマザーです。

美・小顔クリエーターとして小顔矯正の個人サロンを経営し、セラピストとして、毎日楽しく、たくさんの女性の「綺麗のお手伝い」をしています。

そして、これまでに習得した知識や技術を駆使し、自らの顔に対するコンプレックスの改善に力を入れる日々です。今となっては、ご新規でお会いするお客様には必ずと言っていいほど20代に間違われる日々ですが……。出産後の32歳からしばらくの間は、とにかく酷く下がった自分の顔に悲壮感を覚えながら生きていました(笑)。

出産から育児、元気な息子さんがものすごい速さでたくさん飲んでくれる母乳を必死で作ろうとする身体……。ももとの悩みだったゆるゆる、やわやわの肌は悪化し、顔は激しく下がる一方。

初めての育児に追われ、一瞬で過ぎていく毎日。

「まさか。ここから、こんな酷い顔で私の一生は終わるの!？」と本気で悩んでいました。

でも、そこで諦めては終わり。美容家の端くれとしてもそうですし、かわいい息子さんのためにも、これから出会うかもしれない未来のパートナーのためにも、そして一番は自分のために! 「このままではいけない!」と思い、たくさん情報を収集、実験、研究、さらには新しい技術の習得。最新美容との出会い。出産から4年の今、これらのおかげで私は無事、復活を遂げたのです! (笑) 正確に申し上げれば、復活というより、現在進行形でパワーアップ中♡

自身の人生のテーマは「コンプレックスを改善して、限界まで美しくなる!」なのです。理由や状況はそれぞれ違っていても、以前の私のように顔のコンプレックスで悩んでいる女性は、世の中にたくさんいらっしゃると思います。これまでたくさん苦労してきた私だからこそ、お伝えできることがあるはず! と思い、今回この本を書かせていただくこ

とになりました。

実は私自身、昔から「自分はコンプレックスの塊だ」と公言しながら生きてきました。

しかも、出産を経験し、一気に老化（笑）。

32年間いろいろなコンプレックスを抱え、一生懸命戦って参りましたが、本当の苦労はここからでした……。

そんな苦悩を乗り越え、私も現在39歳。

一般的に、30代に入ると一気にお顔や身体のお悩みも増えてくるかと思えます。

しかも、それをご自身で改善することは本当に難しい！ 私も心底そう思います。

でも、諦めなくていいんです♡

あなたも私も、まだまだ綺麗になれる！ 今からまだまだ変われるんです♡

「もうこんな年齢だし」

「もうママだし」

「私なんか今さら頑張っても……」

と諦めてしまう女性は実際とても多いですよね。

私はそんな女性に、「綺麗を諦めてほしくない！」と思っています。

とにかくお伝えしたいことは、何歳からでも遅くない♡ということ。

コンプレックスは改善できるし、今よりもっともっと綺麗にだってなれる♡

鏡の前でため息をつくこともなくなります！

いくつになっても、女性であることを忘れちゃダメ♡

“なりたい自分” “理想の自分” があれば、いくらだってそこに近づいていけるのです！

私の思う、“正しいアンチエイジング” を知れば、これからのご自身の変化にも希望を感じていただけたと思います。それはすごくシンプルで、意外と簡単なことです。

ちよっとした気持ちの持ち方、意識や、勇氣、それらが変わるだけで、女性はどんどん綺麗

麗になれるのです♡

顔の形。顔の大きさ。目の大きさ。鼻の高さ。肌の質感。

「ひとりひとり違って当たり前」と、わかっているにしても自分の顔が人と比べてどうしても気になる……。

「もつと顔が小さかったら……」

「もつと目が大きかったら……」

そんな生まれつきの顔へのコンプレックスは多かれ少なかれ、皆さんにもあると思います。

「でも、遺伝による生まれつきのお顔は、頑張っても変わらないでしょ？」

と思われる方がほとんどだと思いますが、実はまったくそんなことはないんです。輪郭、鼻の形、高さ……。もちろん個人差や限界はありますが、それらをパーツごとに改善していくこともできるのです。

もちろん、年齢を重ねていくうえでのお顔の変化やお悩みも改善できますし、食い止めるどころか、時間を巻き戻すことだって可能です♡

昔からのコンプレックスや、年齢を重ねることで、最近出てきてしまった悩みもたくさん

ある！ というあなたに、この本を読んでいただくことで、改めて美容へ興味を持ち、未来のご自身の変化に大きな希望を持っていたら、とても嬉しいです。

今の時代、美容の技術や化学、医療がどんどん進化していて、SNSの普及で情報がいくらでも手に入る時代ということもあり、個人の方でもプロ並みの知識をお持ちの方がとても多いです。

美容整形もとても身近になっていて、手軽(?)に試すことができたりもします。

私は決して「アンチ整形」というわけではないのですが、整形手術を受けることで、将来の負担や、思いもよらない変化がないとは言いきれない以上、できる限り「整形せずに最善の美しさを手に入れる」のがベストではないかと思っています。

だから♡ 正しいエステや本物の小顔矯正でコンプレックスをどんどん改善して、今よりもっと綺麗になって、キラキラ輝く日々を送ってもらえるようにお手伝いすることが、私の喜びなのです♡

いくつになっても「自分史上最高」の状態をキープして、残りの人生をもっともっと幸せに過ごしませんか？

「もう遅い」「今さら」はありません！

「変わりたい！」と思えたときが、「最高、最善の変わりどき」なのです♡