私らしいオーラを放つ

キラメキ美人の法則

～30歳から輝く30のコツ～

内藤　友美

プロローグ

皆さん、こんにちは。内藤友美です。

私はキラメキＬＩＦＥプロデューサーとして「何歳からだってどんな環境だってキラメキのある毎日を演出する」活動を行っています。

具体的にはフェイシャルサロン・エトワールのオーナーとして直接女性の肌を触ってお手入れをしたり、「キラメキ朝活」や「キラメキＬＩＦＥアカデミー」を通じて化粧品の正しい知識を発信したり、私らしい輝きのある毎日を演出するキラメキマインドをお伝えしています。

今回の本のタイトルでもある、この「キラメキ美人の法則」のキラメキとは「煌めき」ではなく、

「キラキラ×トキメキ＝キラメキ」

ということなのです。

私のブログのタイトルにもなっていますが、なぜキラメキ美人なのか？

それは私が直接お会いした多くの方に「友美さんはいつもキラキラしている！」と言っていただけるからなのです。

「それってあなただからでしょ？」と思いますか？

いいえ、キラメキ美人は誰でもなれるのです。私だってツライ過去、乗り越えてきたこと、今でも試練に挑戦していることがあります。

そんな私がキラメキ美人に見えるのならあなただってなれる！

それには少しのコツがあるだけなのです。

少し私のことをお話しさせていただきますね。

私は愛知県の名古屋市ではない、のどかな田舎で生まれ育ちました。正直、中学校までは成績もよく明るい優等生だけど、体を動かすのが苦手なふくよかな子どもでした。

「キレイになりたい」

と思ったのは中学3年生の頃でしょうか。

ちょうどその頃はギャルといわれる高校生が流行りだし、私も憧れていました。高校に入ると新しい友達と行動することがとても新鮮で、新しい世界が広がりました。周りはかわいい子ばかりで自己流ダイエットも気合が入り、どんどん痩せていき、高校内でも目立つグループにいました。

そんな自分が変われた経験から、人をキレイにする仕事をしたいと高校3年生のときに美容の道へと進む決心をしました。美容学校に進学した後は美容院に勤めたりブライダルのヘアメイク、メイク講師、美容部員、エステティシャンをしたりと、さまざまな美容業をして充実した日々を過ごしています。美容の

お仕事をしているとキラキラしているように見られますが、その裏では必死で乗り越えてきたことがあったのです。

私の中で一番大きなターニングポイントになったのは23歳のときに結婚（一度目）・妊娠・出産を経験しますが、そのときに28週と5日という超早産で病気を抱えた娘を産んだことです。娘の病気は1万人に1人という難病でした。今思っても23歳の若さでよく頑張れたと思います。

なぜ頑張れたのか？

それは娘を初めて見たとき（ＮＩＣＵで保育器に入っていました）担当の先生が、

「お母さん、赤ちゃんはすごいでしょう？　どんなときだって弱音を吐かずに前向きに生きようとしているよね。生きたい、生きたいと前を向いているんだよね」

と言ってくださいました。

その言葉が今でも私の心に残っています。

「私も前を向いて生きていこう」

強く決意した瞬間でした。

途中は「なんでだろう？」と落ち込むときがあったり、「あなたが何かしたんじゃないの？」という心無い言葉を聞いたりもしましたが、あのときに私が娘と生きていく中で**「どう生きたいか」**娘にとって私が**「どんな私でありたいか」**ということを考え、自分を深掘りしたことが、このキラメキ美人の法則につ

ながっているのだと思っています。

この本では美容家としての知識、アドバイスはもちろんのこと、外からだけの美しさではない、内側からの美しさを出すマインドについてもお伝えさせていただきます。

ただし、この本を読むだけではキラメキ美人にはなれません。

一つひとつ、行動することが大切になります。

きっとこの本を手に取ってくださった方は変わりたい、行動したいと思っている人でしょう。本を読んでいるだけでは何も変わりません。

さぁ！　一緒にキラメキレッスンを始めましょう!!