

美しさのポイントを効率よく取り入れて理想の自分に!

「まねる力」で美女になる!

最近、美容ケアがマンネリ化してませんか? 常に美力を増し続けるには、旬の美女を上手に「まね」して新たな自分に挑戦することこそが5道。美女のディテールを見極める眼を楽しく学んで、美に磨きをかけましょう!

撮影/大崎 聡(Shirao) (黒崎さん) 藤沢由樹(山田さん、おぐろーさん) ヘア&メイク/レイナ
スタイリスト/鬼塚美代子(angie) (黒崎さん) イラスト/さくちりえ(Softdesign)
セレブ監修/海老名 敦子 運営協力/Photos/gettyimages 構成・文/山口 愛(MAQUIA)



美女への
近道は
まねる
力です!

Lenon!

勝間和代直伝

「美しさはまねられる!」美への4力条

1 「美の師匠」を見つける!

黒崎さんや山田さん、おぐろーさん、レイナさん、鬼塚さん、海老名さん、敦子さんのように、美の師匠を見つけることが、美への近道です。

2 美容ケアの「生産性」を意識する

「生産性」とは、美容ケアの効果を最大化させることです。例えば、スキンケアの順番や、メイクの順番など、効率よく行うことが大切です。

3 美を「無意識にできる」習慣にする

美を「無意識にできる」習慣にするには、日々の生活の中で、美を意識する習慣をつけることが大切です。

4 魅力の「組み合わせバリュー」で自信をつける

魅力の「組み合わせバリュー」で自信をつけるには、自分の長所と短所を把握し、長所を最大限に活かすことが大切です。

美の飛躍のきっかけは、
美意識の高い人まねること

いま注目の経済評論家、勝間和代さんが本誌初登場。ベストセラーを連発し、自らもくんと美しくなる彼女が語る美意識とは? また、「美」について思うのは、あくまで「手段」だということ。私

が、外見が美しい人には男女問わず大抵の人が親切ですよ。親切にされる自分も嬉しいし、相手に優しくなるので、良い循環が生まれます。自分を磨くことで相手に適切な自己主張をして、「自分に相手にわかりやすく伝える」。美の本質は、「コミュニケーション能力」なんです。本を出してから撮影が多くなり、「他ア人から見られる自分」を磨くようになります。そんなとき相談で山本浩平さんやイネス・リグロン

さんと出会って美容情報を教えていただき、「時間とお金をかければ、誰でもキレイになれるんだ」とわかったんです。そして、彼女たちのメソッドを効率よく「まね」することが、美しさの鍵だと気付きました。忙しい生活の中で、先輩のやり方を前向きにまねて効率上げる。この方法はまさに、「勝間流」。美容のノウハウに会えなくても、美女友達と会って自分にレッスンやをかけた。最新の美容情報に触れて

勝間和代、初登場！



Kazuyo Katsuma

Profile

かつまかずよ・1968年東京生まれ。経済評論家。公認会計士。現在、株式会社協賛と分析代表取締役。元東京野村証券副会長兼役員。中央大学ビジネススクール教員兼教授として活動中。「勝間」(ダイエムソフト)、「断る力」(文藝春秋)などベストセラー多数。近著は「自立力」(小学館)、3児の母。ジャケット¥61950、カクトン¥18900、美レディプロモード(キューハイウツロ) コーデュ¥2025/シンデレラリパティ スカート(参考商品)/タキヨー ベルト¥98700、リング¥94000(ともにルシダグ)、ピアス¥27300(4C)/F.O.C. プロダクツ

驚くべき進化を遂げる
美力UPプロセス



1989年

育児に全力投入
仕事と母の二足のわらじ。一時期、体重38kgまで増加。



2006年

裏方から表へ！
「華やかで仕事のうちうち」と気付き、積極的に衣装を着始める。



2009年

「断る力」
経済誌やビジネス誌だけでなく女性誌の露出も増え、大活躍。

リテラシーを上げるのも大切ですが、ひと口に美容に情熱を注ぐといっても効率的な方法があつて、美容にも「生産性」があると思うんです。私の場合は「適切な投資でリターンが多いケアを選ぶようにしています。たとえば、眉とアイラインのアートメイクを入れていきますし、まつ毛エクステとジェルネイルは欠かせません。これらは日常のお手入れ時間が短縮されて長持ちするので、非常に費用

対効果の高いケアです。また、たとえば毎日アイラインを描くと、メイクを落とすときにエクステととれて一本100円以上のロスそこで、エクステとアートメイクは併用した方がいいと論理的に考えわけます。「まね」という言葉は否定的な印象だけれど、勝間さん流の「まね」は、日々の分析と実践の宝庫だ。

「美しさをまねる」というと、外見だけにとどまる人が多いですが、本来、美しさは「存在全体」。話し方、声、感情表現の方法、五感全体から感じる雰囲気です。顔そのものが誰よりも美しいというのは難しいので、声が素敵だとか、髪がつやつやだとか、少ずつ口の議論を取り入れて、欠点があつても感じさせない総合力を身につけることが大事。まねを活かして一組み合わせパリュールで勝負して、美に自信を持ちましょう！

勝間和代の 美の師匠 Best 5



片桐衣理さん
10年先の友人。ダイエットのカウンセラーを担当してもらって、劇的に体重減！



片桐衣理さん
10年先の友人。ダイエットのカウンセラーを担当してもらって、劇的に体重減！



片桐衣理さん
10年先の友人。ダイエットのカウンセラーを担当してもらって、劇的に体重減！



片桐衣理さん
10年先の友人。ダイエットのカウンセラーを担当してもらって、劇的に体重減！



片桐衣理さん
10年先の友人。ダイエットのカウンセラーを担当してもらって、劇的に体重減！