

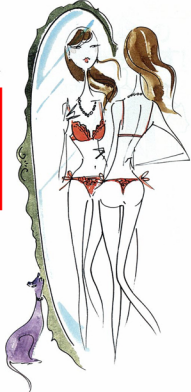


「自然光で  
すっぴんを見る。  
裸で鏡の前に立つ。  
ショック療法です」

—— 片桐衣理 (衣理クリニック表参道院長)

95

“自然光で  
すっぴんを見る。  
裸で鏡の前に立つ。  
ショック療法です”



96

“女性は身支度をする  
ことで美人スイッチが入る  
と思います。  
なかでもいちばんなのは、夜のパーティのために  
ヘアセットをした瞬間”

—— 眞野ナオミ (フィンテセンシリーズジャパン代表取締役社長)



「多国籍の人が集まる場所にいると、  
一律になりがちな、美人の尺度に対する固定観念が変わります」

97

“美的感覚のいい友人、  
ファッションに敏感な友人との食事”

—— 今井千晶 (ロイヤル・エス・スーパーバイザー/ゴールドバーグCEO)

98

“多国籍の人が集まる場所にいると、  
一律になりがちな、美人の尺度に対する固定観念が変わります”

—— 早野実希子 (美容師/内外美容研究家)

99

“エレベーターや化粧室で、  
鏡に映る自分が「疲れているな」と感じた時には、  
自分に向かって「ハッピー」と数回言って  
笑顔を取り戻します。”

—— 芝本裕子 (化粧品会社役員)



「お部屋には生花を飾やさないように。  
常に美しい花を愛でることで  
女性らしさや美に対する気持ち  
を保ちます。(古坂万寿)」

100

“美しい花は、  
気分を高めて元気を運んでくれます”

—— 田中葉月 (エプロガー会社役員)

