

小顔メイクの秘技！

美容研究家 サミー

あなたは毎日のメイクを楽しんでいますか？

目元のシワなんとかならないかしら～

もう少し顔が小さければ～

なんて不満ばかりの気持ちで鏡に向かっていませんか？

かって、周りから“ドッジボール顔”とからかわれ続けたサミー。

<http://symply.net/sammyph/bf.jpg>

苦節10年の恥辱を一晩で晴らした魔法のテクニックを、

コッソリあなただけに教えます！！

整形したの？って聞かれるくらい、

うれしい大変身！の秘技です

19歳の息子にも、なかなかイケてる！！と言われ、

毎日、いい女？？を楽しく演出しています。

<http://profile.livedoor.com/kireiyahonpo/>

お金もいない！

エステもいない！！

そんな方法が...秘技！ファンデーションマジック

秘技！ファンデーションマジック

まずファンデーションは黄色、白系、オークル系の3色を使います。

日本人は西洋人に比べて顔の彫が平面的。

だから、ただ1色のファンデーションを塗っただけではだめ！

平坦に見えてしまうんですね。

>> 次の要領でやってみましょう。

UVカットの下地クリームを丁寧に首筋まで塗る

次に、輝く肌を演出するために、黄色のファンデーションを塗る。

次にあなたの肌に一番近いファンデーションを塗る。

・顔は首筋の延長にありますので、首の色に合う

ファンデーションを基本の色にします。

・ベースメイクには一番時間をかけて、丁寧にやること。

・出来上がりは、限りなく皮膚に近い感触にすること。

次に顔の真ん中にくる部分を高く見せたいので、
額、鼻、顎の真ん中、目の上、目の下に
白めのファンデーションを上塗りする。

最後におでこの上の部分、顔の外側の部分など、
隠したい部分、いらぬ部分に濃いめのファンデーションを
重ねていくと、小顔の立体的な顔になります。

メイクは顔に彫刻するつもりで

< ハイライトとシャドウの絶妙の組み合わせ >

あなたは10メートルの穴を掘れといわれたら
どうしますか？

私は5メートルだけ掘って、穴の周りに掘った部分の
土を盛り重ねます。

このように、シャドウとハイライトも隣合わせれば、

お互いに強調し合い、濃くしなくても陰影がつけられます。

そうすることで、素肌のような垢抜けたメイクができるわけです。

でも、そのシャドウとハイライトの境界線はグラデーションのよう
にぼかさなければ、不自然になってしまいますので、注意しましょう。

これで、顎のラインがスッキリ、メリハリのある小顔に大変身！！

おもわず、Vサインを作れることまちがいなしですよ

ポイント

ファンデーションは3色は用意すること。

大きさのちがうブラシも何本か用意すること。

自分の顔をキャンバスと思い、立体的に仕上げること。

毎日工夫を重ねること。アイシャドウの色を変えたり、

口紅の色を変えたり。

くどいようですが、毎日何かを変えること。

注意！

30代以上であれば、口紅はなるべく明るい色を使うこと。

アイシャドウは重たくなならない工夫が必要。

一番大事なこと

でも、どんなにメイクを楽しみたくても、肝心なお肌や顔そのものに自信がなければ、メイクを頑張れませんね。

鏡の中の自分のお肌に自信をつけるには、

前夜のスキンケアと睡眠の内容が決め手！

スキンケアの小顔の極意や、顔そのものが小顔になれる方法につい

て、この後配信されるメールセミナーから入手できます。

どうぞお楽しみに ^ ^

(^ ^) オマケ (^ ^)

レポートをダウンロードしてくださったお礼に、
美肌睡眠のコツを、コッソリお教えしますね ^ ^

美肌睡眠のコツ

夜は寝る時間を午後 10 時とかに決めてしまう。

そして、「10時に寝る！」と同居者に宣言する。

ここは絶対はずさないこと。早寝があなたの美肌を決定します。

22時～2時の間に皮膚の再生が行われるからです。

お布団に入ったら、マイナスのことや不安、悩みは一切考えない。

プラスのいいことだけを思い浮かべる。

質の良い睡眠はお肌の再生にとってとっても大事。

できれば午後9時頃から部屋を暗くして軽いBGMなどで

リラックスしましょう。

・今日一日の自分を励ます。

・自分の目標を思い描く。明日はもっといい日にしよう。

明日はもっといい女になろう。

など、具体的に未来のなりたい自分をイメージして心地よさを

感じながら、うとうとすると、次の朝の目覚めもお肌も最高

これ、美肌が一番喜ぶことです！

美しい自分を作り出すために、もっとも大切なことです。

肌は体の、ごく一部分。

体をいたわることが、美肌への第一歩です。

(^ ^) 参考 (^ ^)

小顔・ダイエット・下半身ヤセなどについて書いたレポートの中で、次の無料レポートはかなり参考になります。

すぐにできるお役立ち情報ですので、ぜひ読んでみてください。

『小顔宣言！』

<http://www.sugowaza.jp/r/NmNuXzIxVg==.html>

小顔になるためのエクササイズ方法！！

これはぜひお試しいただきたい内容です。

誰もが小顔に憧れる。。。もう夏も近い。ダイエットしなくちゃ。

でも、なかなかできないのよねって思っている方！

たった1日5分でできちゃいます。興味を持った方読んでみてください。

『小顔ダイエットマニュアル - ダイジェスト版 - 』

<http://www.sugowaza.jp/r/NmNuXzIxQw==.html>

ハリウッドモデルの小顔ダイエットの方法のダイジェスト版です。

これだけで効果的な小顔ダイエットの方法を知る事が出来ます。

エステティシヤンの三浦里美さんが研究に研究を重ね、モニター100人中73人を10日以内に小顔にした小顔ダイエットの方法です。

『簡単ダイエット！30日で4kg痩せてキレイになる方法』

<http://mailzou.com/get.php?R=1132&M=13750>

『ダイエットやらなきゃ』からの開放 老若男女！誰でも効果がでる方法です。ダイエットって時間とお金と我慢が必要ですよね。このレポートは、時間とお金の節約できて、我慢しないようにカイゼンしてあります。さらに二の腕細く、小顔になる最新の脂肪排出法もわかります！

『デトックスで健康ダイエット』

<http://mailzou.com/get.php?R=1775&M=13750>

はじめまして。薬剤師の きた さとみです。このEブックは、デトックス(毒だし健康法)をすることで、より健康的にダイエットできるという、わたしの体験や、学んだことをまとめたものです。今までダイエットしてみたけれど、うまくいかない方、もっと健康になりたい方にぴったりの健康法です。

=====

著作権について

本レポートは著作権法で保護されている著作物です。
著作権者の許可を得ずして、本レポートの一部または全部を複製、転載することを禁じます。

=====

著作者： 【キレイ屋本舗主宰】美容研究家 サミー

お問い合わせ： kirei@symply.net

Blog【キレイ。ずっと、いつまでも】： <http://kireiyahonpo.sblo.jp/>
