なぜか華がある、魅力がある人になるために・・・

森 理世がレクチャー！

「主役力」をつける毎日ルール

圧倒的な主役力をもつミス・ユニバース。とかく外見の美ばかりが注目されがちですが、実際は内面を含めた美と知性を競うコンテスト。2007年に世界一に輝いた森 理世さんも、努力でコンプレックスを魅力に変えて主役になったひとり！　毎日の生活で主役力をつけていくための、美のエッセンスをお伝えします！

4

「エレ美女体質」になる美容

■体温を高めに保つ

■与えられた立場やチャンスを最大限いかす！

■いちばん前に行け！

■主役力とは結局体力である

■立つ・座る・歩くの注意点は？

■笑顔がなければ主役にはなれない

■「笑顔」の訓練をする

■イヤでも顔を見続ける

check!

■とにかく自信をもつ！

■"孤独力"を身に付ける

■他人にきちんと興味をもつ

■品ぜずに明るい色の服を着る

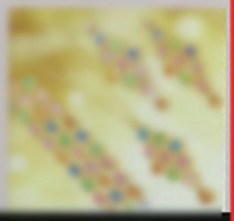
■キラキラしたものを身につける

■努力で手に入れたキレイが美しい

column 森理世さんの主役力 items

ランジェリー起用

キラキラアクセサリー



うっとりボディクリーム

信頼している「衣理クリニック」の「イースペシャル ドクター ピール ボディ」は、フェイス用で培ってきたピーリング効果をボディケアに応用したクリーム。ボディの悩みを効率的にケアできるのでお気に入り。「毎日の積み重ねで主役へ近づきます！」