

応用編

子育てをしながら  
綺麗になりたいママ向け

# ワンランク上の 綺麗なママになる テクニック

スキンケアやメイクの仕方、ファッションのコツ、  
若返る髪の毛の作り方、太らない食事法など…



いつまでも子どもにとって  
憧れのママでいられる秘訣を一挙公開

綺麗ママ  
育成アドバイザー

Riisa

綺麗になれば、笑顔が増えて、外に出たり人と会ったりすることが楽しくなる！  
夫婦関係も今よりさらに良好になる！そして、子育ても自然と上手くいくようになる！

### 【推奨環境】

このレポート上に書かれているURLはクリックできます。できない場合は最新のAdobeReader をダウンロードしてください。（無料）

<http://get.adobe.com/jp/reader/>

### 【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。

下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は株式会社Adventure Lifeに属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

## 1. はじめに

この度は、

「ワンランク上の綺麗なママになるテクニック～応用編～」を  
ご購入いただき、本当にありがとうございます。

女性は何歳になっても、みな輝き続けることができます。



歳だからシワが・・・シミが・・・たるみが・・・というような  
言葉を良く聞いたりしますが、  
私は、それはただの言い訳だとしか思いません。

なぜなら、それなりにケアをしてれば何歳になっても  
綺麗でいられるからです。

綺麗になれば、自分にどんどんと自信が出てきて  
もっと綺麗になろう！と思えるのです。

**“綺麗になりたい”と思う気持ちこそが綺麗を作り出します。**

なのでこのように思った時、  
人はどんどん綺麗になっていくのです。

これこそ、私が呼んでいる 「美の連鎖」 です！



私のマニュアルを購入してくださったあなたは、  
必ず綺麗になっていくことができますし、  
これからどんどんと輝いていくこと間違いありません。

余裕がないと人間何事もうまくいきません。

もちろん、子育てだってうまくいきません。

でも 楽しみを見つけることで、人間時間が

うまく使えるようになるのです。



なぜなら、その楽しみのために時間を作ろうとするからです。

その楽しみは、このマニュアルを

読んでくださっているあなたにとって

“綺麗になっていくこと”だと思います。

そして時間がうまく使えるようになれば、

だんだんと時間に余裕が持てるようになります。

時間に余裕が持てるようになれば、

気持ちにも余裕が生まれます。

気持ちに余裕が生まれれば、少しのことでも

イライラしたりすることがなくなって

子育ても夫婦生活もうまくいくようになりますよ。

たった「綺麗になる」だけで、たくさんのいいことが待っています。

綺麗になるためには、メルマガで何回にもわたって

お伝えしてきた【外面だけではなく、見えない

内面部分もとても大切】だということ。



顔だけでなく、ファッションやヘアスタイル、

中身等・・・どれもとても大切に

どれが欠けても綺麗になることはできません。

ここで紹介しているものは、全て

私が実際にやってみてよかった方法、

または自分が参考になった情報のみになります。

また、綺麗になっていくためには、

使う化粧品や使い方はもちろん、

自分の気持ちもとても大切になります。



なので、「こんなんでも綺麗になれるわけないよ・・・」と

思いながらやっても絶対に綺麗にはなれません。

「綺麗になりますように・・・」

「絶対に綺麗になる！」

といった気持ちを持つことが大切です。

そして少しでも綺麗になったと思ったら

「綺麗になった！」と思うようにしてください。

これだけで、どんどん綺麗になっていくことができるか

いつまで経っても綺麗になれないかが、変わります。

この方法を信じてやっていただければ

必ず綺麗になっていきますので

是非ワクワクした気持ちで行ってみてくださいね！