

なりたい顔への近道を探そう

鼻編

きれいな鼻筋
で立体感ある
顔立ちに

フレッシュペールロ
ンパース¥6,000 /
CARRIEFRANCA

“楽してキレイ”なわけじゃない! 私たちがお金と努力、辛いダウンタイムを乗り越えて
学んだ美容メンテのすべてを今、包み隠さず明かします!!

コンプレックスを
解消して美しく!
永遠に輝き続けたい♡

美容メンテ セキララ BOOK

もはや整形=隠すものではなくなった昨今。でももちろんリスクだってあるから、
大切なのはメリットもデメリットも納得したうえで自分が決めること。
お姉さんたちが体当たりで経験してきた、血と汗と涙の結晶をぎゅぎゅっとお届け♡

PHOTO_Yoshinobu Bito HAIR_Yuko Nozaki DESIGN_Atsuko Furukawa TEXT_Chie Nagamine EDIT_Anna Kuriyama MODEL_Sayo Hayakawa

寝てんじゃん…

もしかしてまた失敗した…?

携帯いじってさっさと

かわいいって言うてたのに

Day 11

まさかの結婚しようとか

さっきまで私のこと

好きだとかつきあおうとか

え？もしかして何もないの？

全身はコレ♡

O + X + S

なんだかんだ呼び出されると
嬌しくしてシツポ振って
会いに行っちゃう♡

急だったから昨日と
同じワンピでも
勝負服だからいいの
♡ そう思ってたの
にこの仕打ち…。も
っと愛されたいなあ
(イケメン限定で)。
フラワーピアス¥3,
000/DURAS

Day 12

昨日のことがショッキング
すぎて台コンに緊急参加！

しかし相手がバツとしないの
カルアミルタ飲んだんのもムカつい！

やぶれかぶれて合コンへ★
せつかく女っぽくしたのに
マジで意味ない！

全身はコレ♡

H + I + O + R

キレいめOL意識
した格好したの全
くおごりじゃない
し最悪！ピア
ス¥3,500/DU
RAS プレスレ
ット¥647/GRL

Day 13

最近なんだかいことない
増り道にコンビニで発泡酒
買ってクビクビ歩き飲み

酔わないとや
ってられない
いけど最近散財
したから節約。い
じきかな。サン
グラス¥5,980
/OWNDAYS

冷蔵庫に唯一
あったエナジ
ードリンクで
パワーチャージ
♪ 駅に着
くまで飲みま
が移動する
のだ♡フラ
ワーピアス¥3,
500/DURAS

Day 14

昨日は飲みすぎた
有給使いたかつたけどもう残ってない
ことに気づいてムリヤリ出社！

E + I + O + R

Day 15

バーのイケメン君からLINEが♡
「なんが買ってきた？」って言うから
奮発してパ地下で買った

A + N + S + V

お財布の中はスッカラ
カンだけど心はホクホク♡
デザートまで買
っちゃった！そして
また今月も金欠になる
のであった♡ピア
ス¥2,500/DURAS

Day 16

相変わらず彼からつきあおう的な言葉はない
げんなりしてたら上司が頭を打ててきて局肌！

Day 17

上司のせいだストレスMAX！
発散のためひとカラヘリ

I + V + O + S

もしものとき
に備えてレデ
イな格好した
けど無駄だっ
たな…。チョコ
ーカーセット
(ネックレスの
み) ¥2,750/
rienda (パロ
ックジャパン
リミテッド)

Teppanで歌うのは「さくら
んぼ」か「プラネタリアム」
だよ♡ かわいく見えるよう
な曲を歌うのがモットー
ラウンドピアス¥1,500/RA
SVOA 渋谷109店

「最近キレいになったね」って
何なの!? イケメンにしか触
られたくないのに！もう今
すぐ頭洗いたいよ、最悪♡
べっ甲ピアス¥2,500/DURAS

Day 18

女子会に誘われて参加♡
紹介してもらえなかったけど思ってたけどダメか…

今年の
今週の
ロウ
は

Day 19

昔の制服とアルパの
ショッパでりり衣装♡
無敵な気分まで渋谷を徘徊

Day 20

お参りスタイルはカジュアル
昨日はハロウィンで疲れたから
気分が安らげるコーデにした♡

C + I + K +

O + R + V

社内でキャップ
かぶってるのN
Gっぽいけど…
どうしても頭隠
られるのがイヤ
なんだからしよ
うがないじゃん
！べっ甲ピア
ス¥2,500/DU
RAS

恋愛運と金運が上がる
ように♡ ラウン
ドピアス¥1,500、リ
ングネックレス¥1,5
00/ともにRASVOA
渋谷109店 プレス
¥647/GRL

Day 21

上司に頭を打たれたのがトラウマでキャップ
かぶって出勤！もう触られたくないよ！

フロアワ数が増える♡
ネックレス¥1,500
/RASVOA 渋谷
109店 プレ
スレットにした
チョーカー¥2,
750/rienda(パ
ロックジャパン
リミテッド)

Day 22

フロアワ数が増える♡
ネックレス¥1,500
/RASVOA 渋谷
109店 プレ
スレットにした
チョーカー¥2,
750/rienda(パ
ロックジャパン
リミテッド)

Day 23

最近出会いも少ないし
恋愛運が落ちてる
身を清めようって♡

Day 24

Day 25



全身はコレ♡

Day 6



一日家に引きこもってたら急に不安に襲われた。私、このままずっと独りで一生嫌な仕事してお金の心配しながら生きていくのかな...

追加アイテム

ゆるっと着られる編み編みカーデ♡ フリンジカーディガン ¥5,900 O/DaTuRa 渋谷109店

V



お部屋でもかわいくいたい。宅配便の人がもしきたらイケメンかもしれないし。すっぴんタル着じゃ余計地に落ちていく気がする。たとえ誰にも見られなくても...

お部屋では♡のハズが猛烈な夢に襲われたから夜も眠れそうにない...

C + F + V + Q

Day 5

ヨガの先生が開催するサングのイベント♡なんとなく運氣が高まる気がする♡

B + G + N + Q



運動神経ゼロだけどヨガにトライ★もうクタクタ! 慣れないことはするもんじゃない! サングラス ¥5,980 / OWN DAYS サブバッグ / スタイリスト私物

Day 4

昨日は運動しすぎて疲れた★半休もつてのんびり出社day♡

A + H + J + N + U



クタクタになった日はズル休みしてのんびり行動♡さりげなくグッチのバッグを取り入れて、会社のみんなを無言のマウンティング♡

Day 7

いつもギリギリ行動。出社前だけども帰りの朝★重い足取りを軽やかにしてくれる秋先取りコーデ♡

B + E + P + S



全身はコレ♡

本日はスタバとか行きたいけど金欠だからコラボビニー♡ ¥1,500 / RABVOA 渋谷109店 ネックレス ¥647 / GRL

Day 9



昨日はイケメン店員に誘われちゃって参った♡ やっぱ私、男がいないとやっつけられないのかも♡

A + D + O + R

Day 10

さっそくバーのイケメンから呼び出された♡ 急いで準備したのにドタキャンくらった♡



W + X + L + N + S

せっかくな新しいワンピースと着替ったのに! もちろん金欠だからカードでね♡ ちえっ、残念。フラワーピアス ¥3,500 / DURAS

全身はコレ♡



I + L + N + R



久しぶりにトキメキを取り戻した感じ♡ 店員さんに声かけられちゃってフラットに入ったバーで

Day 8

フラットに入ったバーで



追加アイテム



av7d416



とっておきの日に着たいレディなワンピース♡ ドキッとさせたい♡ 女っぽレースワンピース ¥5,980 / dazzy

甘くも辛くも使えるから便利♡ ライダースジャケット ¥8,980 / ECOIST ルミネエスト新宿店

キレイめコーデと自慢のグッチとかき上げヘアで戦闘力を爆上げ♡ ピアス ¥2,500 / DU RAS ネックレス ¥647 / GRL