

## 履くだけで“脚長”“腰細”“小顔”がかなう！ 『ハイヒール・マジック』（講談社）待望の文庫化 ～あなたのキレイが必ずかなう、ハイヒールの履き方歩き方～

2008年9月に講談社より発売された、マダム由美子著書『ハイヒール・マジック』は9刷りまで重版されロングセラー書籍となり、この度6月21日に文庫化される運びとなりました。同書は、日本初のハイヒール本で、ハイヒールの履き方、選び方、歩き方などをパレエメソッドを用いて伝えています。

引き締まった足首にすること、長くまっすぐな脚にすること、ウエストを細くすること、顔を小さくすること、背中美人になること。これらのことが、ハイヒールを履きこなせるようになることで実現します。また、外見が変わることで、自分への自信に繋がり、女性本来の優しさ、強さ、愛と受容に満ちた存在になれるのです。

文庫化されることで持ち運びやすくなりました同書が、ハイヒールを履くことに悩みを持つ多くの女性に福音をもたらす一冊になれば幸いです。

### ■書籍紹介

【書名】ハイヒール・マジック

【著者】マダム由美子

【発売日】2012年6月21日

【ISBN】978-4-06-281479-9

【発行】講談社

【価格】552円（税別）

【サイズ等】縦15cm×横10.8cm

### ■書籍内容 <ハイヒール20のマジック>

- |                            |                   |
|----------------------------|-------------------|
| 1 美しい脚は内側にあります             | 2 脚が細く長くなります      |
| 3 脚がまっすぐになります              | 4 足首まわりがすっきりします   |
| 5 背が高くなります                 | 6 たれたおしりが持ち上がります  |
| 7 足首が細くなります                | 8 座ったときの膝下が長くなります |
| 9 全身を縦長に美しく整えます            | 10 小顔になります        |
| 11 ウエストが3センチ細くなります         |                   |
| 12 腰高美人になります               | 13 背中美人になります      |
| 14 どこから見られてもOKの360度美人になります |                   |
| 15 ダイエットになります              |                   |
| 16 レストランでいい席に案内されます        |                   |
| 17 ワンランクアップを目指すことができます     |                   |
| 18 Tシャツとジーンズがよそゆきになります     |                   |
| 19 教養がにじみ出ます               |                   |
| 20 引き立ててもらえる女性になれます        |                   |

マダム由美子  
*Madame Yumiko*

履くだけで全身美人になる!



ハイヒールを履いただけでこんなに変わる!

あなたのキレイが必ず叶う、ハイヒールの履き方・選び方・歩き方レッスン。

講談社文庫



### ■著者紹介 マダム由美子(まだむゆみこ)

エレガンスリスト/中世西洋文化研究家

1967年、北海道に生まれる。恵泉女学園卒業。6才よりパレエをはじめ、プロのパレリーナを目指す。1991年から日本初「香りの学校」の創業に関わり、校長を務める。資生堂、エルメス美容部員をはじめとする企業研修も担当。2002年退職。2003年、マダム由美子オフィスを設立。外見、内面、ライフスタイルの幅広い分野で、パレエや香水、ファッションなどの中世西洋文化・芸術の知恵を独自の視点で取り入れた実践的提案を行う。パレエの動きを取り入れた美しい立ち居振る舞い習得を核とする総合フィニッシングサロン「プリマ・エレガンス・コース」にて20-70代の女性を指導、のべ2000人が受講し、確実に美しく変われると喜ばれている。一児の母。

番組、記事、書評コーナーでの紹介及びマダム由美子へのご取材を是非ご検討ください。

～本件に関するお問い合わせ先～

株式会社クリエイティブPR

担当: 平野マユミ Mail: hirano@creative-pr.jp

小川敦子 Mail: ogawa@creative-pr.jp

TEL : 03-5645-7321

FAX : 03-5645-7322