

顔10秒、体7秒のケアで「たるみ」をストップ!

Health **premie**

日経ヘルス プルミエ

ビューティフル・エイジングへ

2010 July

7

定価650円

お悩みNo.1
「たるみ」に
負けない!

顔からお尻まで
リフトアップ!!



顔をリフトアップ

気になる場所を“くるくる”

**10秒で顔の
ハリがアップ!**

「目の下」と
「頬」のたるみに効く

顔×髪

抗糖化コスメ

「眉メイク」だけで
10歳若返る!!

体をリフトアップ

この胸、バスト、ヒップ……
気になる部位別

**7秒で効く!
リフトアップ体操**

話題沸騰第3弾

「貼るだけテープ」
たるみ解消バージョン

「呼吸法」で
たるまない体になる

コラーゲンを壊す“糖化”を防止

**食べて
たるみを直す**

閉経前後にかりやすい!
「糖尿病」を防ぐ

コラーゲン、数こそ……
読者が話題のケアに挑戦

1カ月でシワが1/3に!
ホントに若返った

表紙&インタビュー

松任谷由実さん