

# 景樹先生がカゲキに解決!?

**Q** 45歳も過ぎてるのに、オバサンだと諦めきれず、美への執着心が衰えない自分が怖いです。

**A** なれもしない他人をうらやむのではなく、**自分らしい美を磨く努力**なら  
どんどんするべきです。

「いくつになってもキレイでいたい」。大いに結構! ただ、自分とかけ離れた要素の人に憧れて、ないものねだりはダメ。羨ましがるだけは時間の無駄。年を重ねたんだからそこは賢くなって、自分のどこを光らせたならキレイになるか、いいところを伸ばすやり方で美しさを磨くなら執着もOKです。



**Q** 同窓会で久しぶりに会った友人が、昔は可愛くなかったのにお金をかけてキレイになってました。絶対整形もしてると思いますが。年相応の美しさ、というのは幻想ですか?

**A** 絶対整形は偽りの美しさ。整形は魅力的な個性を壊します。年相応を超える美しさは「**腹八分目**」「**ウォーキング**」「**明朗さ**」で作上げられます。

まず、人は人、あなたはあなた。比較したり、羨んだりするのはやめましょう。そして上の3原則はつまりは長生きの秘訣でもあります。食べすぎないこと、走らなくてもいいので早足で歩くこと、そしていつも明るく、少々衰え、悩みを気にしない明朗さがあれば、整形美人よりずっとキレイでいられます。

**Q** 男性は、どのくらいの三段腹、たれ乳、たれ尻が許容範囲ですか?

**A** したれ桜のように**美しいたれ乳**、暖かいつららのように**可愛いたれ尻**をめざしましょう。

たれててもいいんです! 負い目を感じることはありません。人間は、少々崩れたもの、醜いものに情欲を起こす動物なんですから。たれ乳ならたれてる部分とお腹の間を洗い忘れることが多いのでちゃんと洗って。お尻こそ、いい石鹸で洗うこと。手入れだけは欠かさないようにしましょう。

**Q** 42歳。毎日鏡を見るのが憂鬱です。万が一平均寿命を生きるなら、この毎日があと40年続くと思うと死にたくなります。

**A** **鏡の中の自分**と対面すればするほど若返る

鏡を見てシミ・シワを数えちゃダメ。毎日「今日も可愛い」「ホントは48歳だけど42くらいに見える」と自分を褒める習慣をつけて。48なのに38、はダメですよ(笑)。せいぜい42歳ね。そうやって鏡を通して自分の意識に語りかけることを続けて自己暗示にかけてあげたら絶対変わります。

**Q** 5年以上、夫とセックスがありません。どんなに頑張ってもキレイにしても夫に誘われませんか。このまま干からびていくのかと思うと出会い系とかで誰か探そうかと真剣に悩んでいます。

**A** 相手の家庭を思う、**いいセフレ**と出会えることを祈ります。

男は刺激を外に求め、女は一人の人の中に埋まろうとする。でも夫婦に倦怠期はつきもの。道徳的にはいけないことですが、自己責任でやりきれなくなる。女性も外にセフレを求めてもいいと僕は思います。ただ、あくまでも夫婦内で努力をしてみて、それでダメなら別。セックスレスを悩んで人生終わるのはもったいないですからね。





# 悩める40代の美Questionに志茂田



青春時代、男にチャホヤされてた髪型で時が止まっているタイプの方って時々いますね。十数年前に流行ったヤマンバギャルを覚えてますか？ 僕はまた近いうちに流行ると思うんです。今は不遇の時代ですが、ヤマンバを続けていけば「ブレイクした社会現象の先駆者」として実績を残せることですよ。

**Q** 髪が年々パサパサになり、自慢のロングヘアがホラーのようになってきました。おばさんショートにしたほうがいいですか？

**A** ヤマンバリバイバルの先陣を切りましょう。流行は巡ってくるものです。

**Q** 体型の崩れがとんでもなく、溶けたアイスのようになっています。今、独身で彼がいませんが、もし彼が出来てHとなってもこのお腹やお尻を見せるとなると躊躇してしまいます。

**A** 誰にも邪魔されずに一緒にいたいとき、今の男性は豊満を好みます。草食男子は豊作系美熟女にしぶれます。

まず男は絶世の美女は好みません。デートはしてみたいけど、いつも一緒にいたいとは思えない。男は下半身がしっかりしていて実りを感じさせる「豊作系」タイプが好きなんです。だから衰えを負い目に感じることはない。堂々としていれば男は体型なんて気にしない、かえって崩れる味にハマってくれる、そんなもんですよ。



**Q** 夫のセックスが不満です。マンネリにもほどがあります。オナニーのほうが全然マシです。グッズやコスプレなどで盛り上げたいのですが、恥ずかしくて言い出せません。

**A** 性の満足は羞恥心を投げうつことで得られます。

夫婦間のセックスはマンネリに陥るものです。「でも、急に性に積極的になって『そんな女だと思わなかった』とドン引きされたら？」と心配なら少しずつ夫の意識を解放する作戦を。まずは夫とイメージAVを観たらどうでしょうか？ 少しずつ順序を踏んで夫を飼いならしていくのが賢夫人というものです。



**Q** 食べなくても100gすら減りません。食べたらあっという間に1kg増えます。このまま「でぶす」への道を突き進むのでしょうか？

**A** 美は内臓よりです。内臓を美しくするには食より運動です。

40歳を過ぎて食べないダイエットはよろしくありません。内臓が衰えると人間一気に老けます。内臓をキレイにするには適度な酸素運動がベストですが、できる範囲でこまめに体を動かして。僕も菜食&玄米80%、あとの20%は動物性たんぱく質を摂り、タタタッと早足でウォーキングして健康をキープしてるんですよ。

**Q** キレイになるには「自分が美人だと信じ込む」ことが大切と、ある本に書いてありました。でも、ブスキャラとして43年、今さらそう思いこむほど厚顔無恥ではありません。どうすればそう勘違いできますか？

**A** 顔の美しさは内面の美しさをどれだけ反映しているかです。マネキン人形のような顔を美しいという人こそ厚顔無恥の極みです。

自分とは違う個性の顔に近づけるよう努力するより、ありのままの自分の長所を磨いたほうが確実。長所は武器なんです。「私なんか」はNG。信じる者は救われる、じゃないですが、「私はキレイ」といううぬぼれ思い込みオーラはどんな整形よりあなたを美しく見せますよ。いい感じで「うぬぼれて」ください！

