

まえがき	2	証明写真で肌をキレイに見せよう	30
目次	4	証明写真が青暗くならないようにする	32
準備編	6	見た目が10歳若返る顔のタルミをなくす「秘技」!	34
準備編	8	キラキラ輝くキレイな瞳を手に入れる	36
準備編	10	輝く瞳を手に入れるいろいろな方法	38
準備編	12	目で神秘的な色気を出そう	40
「コラム」	14	瞳に「★」や「♥」を描いちゃお!	42
映画やドラマのオーディションに受かる「モテ写」とは?	14	目を強調して魅力的に撮ってもらう	44
基本編	15	美しい唇の形が顔全体の印象を決める	46
S字ポーズで立ち姿を魅力的にしよう	16	唇に手を添えてセクシーに魅せる	48
大胆な立ちポーズで挑発しちゃえ!	18	キョートに見える唇ってどんな形?	50
O脚を目立たなくする基本の立ちポーズ	20	首と体の太さが気になる人のためのポーズ	52
脚をキレイに見せる「大人の女性」の座りかた	22	肩幅の広さを目立たなくする「45度ひねり」	54
ちよつとワイルドでコケティッシュな座りかた	24	バストラインをキレイに見せよう	56
高椅子を使って美脚に見せる座りかた	26	「タオル絞り」で「くびれウエスト」を手に入れる	58
見られて恥ずかしくない証明写真を撮ろう	28	二の腕の太さが気になる人の撮られかた	60
		浮き出た手の血管を消し去る方法	62
指先まで気を遣えるのがプロのモデル	64	オーラが出ている写真を撮る!	98
「コラム」ときにはプロの技に頼りましょう	66	ウエストのクビレを作るには	100
ぬいぐるみと一緒に清潔感のある1枚を撮る	68	バスローブでセクシーに撮られたい!	102
ペットと一緒にバストショットを撮るには	70	憧れのフラワーバスでセクシード?	104
食べるシーンは上品に可愛く撮られよう	72	真っ白シャツを纏ったセクシー写真を撮るには	106
小道具を上手に使う「家庭的」な写真を撮る	74	濡れ髪でセクシーに見せよう	108
臨場感のある熱唱シーンを撮ろう	76	鏡の国のアリスになろう!	110
「自分撮り」で脚を長く見せる	78	レストランの1枚を素敵に写真にするには?	112
大人の女性の「シックな趣」を写真にする	80	小さな照明を使って横顔を魅力的にしよう	114
着物を後ろ姿で撮られたときの「効果」	82	「コラム」たまにはこんな自分撮りはいかが?	115
若い肌をさらにキレイに撮られるには	84	ダメダメな撮られかたを知っておこう	118
あまり若くない肌をキレイに見せる方法	86	たまには変わった構図で撮ってもらう	120
物越しに撮ってもらうとちよつといい雰囲気	88	日中の撮影なのに顔が暗くなる時は?	122
片付けていない部屋でキレイに撮るには?	90	ライバルに差がつくメイクの基本知識	124
車内でドライブ感のある写真を撮ってもらう!	92	あとがき	126
雰囲気のあるバーで静と動を演出	94		
日焼け止めの広告モデルのように撮って!	96		