

難しい
テクニックなし!
すぐマスターしてみましょう



THE BOOK WHICH ACQUIRES THE BEST IN THE WORLD BEAUTIFUL MANNERS



PART

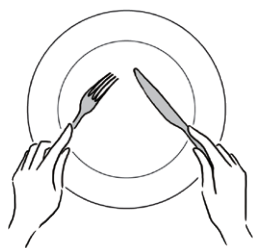
4

p. 86

食べ方編

和洋中の基本的な食事マナーを再確認!

おいしくお料理をいただくためにも、最低限の食事マナーを知っておくことは大切。デートや大事な会食で差がでるマナーをレクチャーします。



PART

3

p. 72

よそおい編

着る服、アクセサリ、髪型……目に映る情報で印象アップ

自分が心地いいだけでなく、相手も安心させ、好感を抱かれるよそおいの秘訣を伝授。ちょっとした工夫で好感度がグンとアップします。



PART

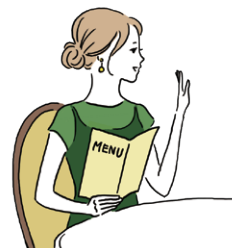
2

p. 42

話し方編

気品ある大人女子の言葉づかいをマスター!

日常会話の基本マナーからビジネスシーンでの言葉選び、伝え方、メールの送り方まですぐに使える話し方テクニックをご紹介します。



PART

1

p. 14

ふるまい編

ちょっとした違いがあなたを魅力的に見せる

友人のおつきあいの場や職場で、ちょっとした動作や言葉づかいに相手を思う心くばりをプラス。すると、ふるまいは、もっとあなたを輝かせるものに。



INTRODUCTION

p. 6

マナー界のカリスマが徹底解説する!
「また会いたい」と思われる人になる
4つの基本テクニック



CONTENTS

ふるまいが
変われば
人生はもっと
豊かになる!



97 77 68 60 53 51 23 21

COLUMN

美しい立ち方、歩き方をつくる簡単トレーニング
相手との距離を縮めたいときはハート(心臓)の近くに座る
「つまらないものですが」の正しい意味を知っていますか?
印象アップ!の置き換え言葉辞典
気をつけたい!よくある敬語の勘違い
好感度があがるフレーズ 22
おしゃれ靴を台なしにしないための2段階履き
お酒の席でこんなときどうするQ&A

