

実は見られているあなたのおしり。夜寝ている間に美尻にするパンツが付録
『寝ながら美尻 つけナイトヒップ』
 2016年4月28日（木）全国の書店・ネット書店で発売

72%の女性が「小さいけれど丸みのある上がったおしり」になりたい！
 その願いを叶えるための1冊できました



株式会社主婦の友社は、4月28日（木）に夜寝ている間にはくと、美尻になれるパンツがついたムック『寝ながら美尻 つけナイトヒップ』を発売いたします。

加齢による筋肉量の低下や身体に合わないショーツの着用など「生活の蓄積」により、おしりはたれてたり、脂肪が増減したりして理想とかけ離れた状態になります。

本書の付録「つけナイトヒップ」は、従来のショーツの問題点を改善しながら、たれてくるおしりの肉だけを持ち上げて、美尻に形状記憶してくれる「マジックウイング」という機能がついたオリジナルのショーツです。今回、ヨガインストラクターの芥川舞子さん監修のもと、主婦の友社と共同開発した商品です。本書には、ヒップアップに効果的な「ながらエクササイズ」をご紹介しますので、エクササイズとともに、就寝時や日常生活で着用を続けることで、美尻に導きます。

2015年3月に小社から発売した『寝ながら美乳 つけナイトブラ』と上下セットでの着用もおすすめです。

【タイトル】『寝ながら美尻 つけナイトヒップ』
 【監修】芥川舞子 【価格】本体：1,980円＋税
 【発売日】2016年4月28日（木）【サイズ・ページ数】B5判 36ページ

特別付録＜つけナイトヒップ＞

ヒップアップの秘密は「マジックウイング」。後ろについたベルト状の布でお肉を持ち上げてマジックテープで固定します。リンパや靭帯のあるそけい部やお腹まわりは締め付けずに腰周り全体を包み込む新構造です。

★マジックウイングはこう使う★



- 大人かわいい、ラベンダーのサテンリボンがアクセント
- 本体はやわらかなオーガニックコットンを使用。肌への負担が少なく、やさしいはきごこち



おしり部分についたベルトの両端を持ち、おしりの肉をぐっとひきあげて、前側に持ってきます。



フロント部分にマジックテープで止めます。マジックテープの範囲内で自由自在にサイズやしめつけ感を調整できます。おしりと太ももの境目を、立体的に形状記憶させる効果もあり。

＜編集部が100人にアンケートした「みんなのおしり赤裸々事情」＞

Q、おしりに関して悩みはありますか

1位：大きい 2位：垂れている 3位：形が悪い 4位：肌が荒れやすい

Q、「理想」だと思うお尻はどんな形？

小さいが丸みのあるお尻 72%

とにかく脂肪の少ないお尻 10%
 大きくりのあるお尻 6%
 その他 12%

…欧米人のように大きくてハリのあるお尻よりも、小さくてキュッと丸みのあるお尻に圧倒的支持



Q、ズバリ、自分のおしりは好きですか？

嫌い 50%

意識したことがない 36%

どちらかと言うと好き 12%

好き 2%

…半数の人が「嫌い」と回答。自分のおしりに納得していない人が多い

Q、昼間に下着は何派？

1位：ヘそ下までのノーマルタイプ 2位：ウエストまでのすっぽりショーツ 3位：Tバック 4位：ボクサーショーツ

Q、就寝中の下着は何派？

1位：ヘそ下までのノーマルタイプ 2位：ウエストまでのすっぽりタイプ 3位：Tバック 4位：ボクサーショーツ

…昼間の下着と同じ結果ということは、特にナイト用の下着を用意していないという人がほとんどと思われます。

監修：芥川舞子

フリーランスのヨガインストラクターとして都内を中心にレッスンをを行うほか、イベントやメディアなど出演多数。一児の母でありながら、そのプロポーションは完璧。むしろ、出産後のほうが自分の理想とするボディラインに進化しているという。つけナイトヒップ開発とおしりに特化した本書のエクササイズは、研究を重ねた末に生み出された実証版メソッド。

＜本書の内容＞

- ・はじめに
- ・つけナイトヒップ大図鑑
- ・つけナイトヒップ じょうずなつけ方&お手入れ法
- ・つけナイトヒップ こんなときにも！おすすめ活用法
- ・美尻のための睡眠タイム

【column1】100人にアンケート！みんなのおしりせきらら事情

[STEP1]美尻への第一歩。おしりを知る

- ・チェックテストつき あなたのおしりはどのタイプ？
- ・まずはきほんのき。毎日の正しい姿勢から！

【column2】デイトタイムの下着選びも大切！昼用パンツはどう選ぶ

[STEP2]意識一つで美尻に。ながらエクササイズ

- ・ながらエクササイズ 自宅で/オフィスで/外出先で
- ・夜寝る前のエクササイズ&ストレッチ
- ・つけナイトヒップを効率よく活用するためのQ&A

【column3】おすすめヒップケアアイテム&マッサージ

[STEP3]筋肉を鍛える&ゆるめる ヨガのエクササイズ

＜対応サイズ＞

フリーサイズ(目安)伸び縮みに大変すぐれた素材なので、通常サイズS~Lサイズまで対応できます。

Sサイズ:ヒップ84~90/Mサイズ:ヒップ88~94

Lサイズ:ヒップ94~100

＜素材＞オーガニックコットン



姉妹品『寝ながら美乳 つけナイトブラ』



独自のエクササイズで、半年でBカップからFカップへと成長させた美乳研究家MACOによる就寝時につけるブラ「つけナイトブラ」を付録にしたムック。ノーブラで寝ることで、バストが流れて「バストのたれ」や、背中やワキの肉になってしまうことを防ぎます。

内側はマシュマロのようなつけ心地、カップに沿って外側からは脇肉をしっかりホールドしてくれるので「ふんわりやわらかで形も美しい」バストに育ててくれます。

美乳になれる基本の4大エクササイズのほか、さらに2週間で美乳になれるためのストレッチや食事法などのプログラムも収録。

【タイトル】『寝ながら美乳 つけナイトブラ』

【監修】MACO 【価格】本体:1,900円+税

【サイズ・ページ数】B5判 36ページ

本件に関するメディアの方のお問い合わせ先

株式会社主婦の友社 広報・宣伝課

03-5280-7578 (直通) pr@shufutomo.co.jp