

鉄則「視線を外す」に加え、努力も開始？

ジムに通っても最長1週間。雑誌や本のエクササイズは眺めるだけ。「問題はとにかく見た目でしょ」から始まった今企画。視覚効果なんて考えたことなかったけれど…、要は視線を外させることがポイントだそう！ということは、肩にハトをのせたり、腰みのをつけるのもアリかも。冗談はさておき、この秋は一緒に`努力、も始めませんか？