

# 女を知れば、オトコになれる。

オトコ盛りのグラン世代が、さらにいいオトコになるためのバイブル。美容クリニック院長が語る、女性解体新書。

## 『キレイを生み出す条件』

藤井 靖成



### 筆者からもう一言

私は医者として、たくさんの人々に接し、人が生きることをずっと考えてきました。人間って美しい動物ですよ。愛情も真心も理性も、そしてもちろん本能も兼ね備えている。そんな恵まれた人間に生まれたんだから、精一杯キレイに生きて欲しいですね。

### 著者プロフィール 藤井靖成

藤井クリニック院長。内科専門医であると同時に消化器内視鏡専門医・指導医として従事。胃がん、大腸がんの内視鏡治療・手術で磨いた技術と、豊富な経験をもとに美容外科の技術も習得。1万例の美容外科施術経験を積む。

恋をするとキレイになる原因は恋愛ホルモンのせい?

「恋をするとキレイになる」ってフレーズ。恋をすると女性ホルモンのエストロゲンの分泌が活発になると聞きます。そのため肌は潤いを増し、女性らしい体型を強調させると。でも、そんなホルモンの分泌は微々たるもの。実際は、服に拘つたり、メイクやスキンケアに気をつけたり、無駄毛の処理やボディーケア。その上へアーサロンに行く頻度は一気に上がります。普段気にしない所まで気を配るからキレイになるんです。

キレイと言わわれると  
キレイになる理由

「キレイ」と言わわれないと自信をなくしゃって、地味な服を着たり、薄いめのメイクや、ひどければメイクをしなかつたりと、どんどんキレイからかけ離れていくちやうんです。キレイに生きる社会生活にこそキレイがある

「なる」って言いますよね。先ほども述べましたが意識の問題なんです。だからキレイと言われると、よりキレイであろうとキレイに見える格好やメイクをするからなんです。逆にキレイと言われないと自信をなくして社会復帰された後、診察に来られるんですが、その時がビックリ。きれいな洋服に、整ったメイクをして、「この人、こんなに綺麗だったんだ」。仕事の合間にビシツとスースで決めての受診。「この人、こんなに格好良かつたんだ」ってね。

スマートに生きることが  
キレイでいること

私が勤務医の頃の内科病棟の入院患者さん達を思い出すんです。患者さんたちが、まとっているのはパジャマ、女性であっても当然ですがメイクはしていないし、髪もとかしていないのが精一杯。ほとんど一日中ベッ

トに横になっている。こんな状況で人は人ってほとんど大差がないんですね。大きな人も小さな人も、若い人もお年をとった人も、人間なんですよ。そんな患者さんが、退院して社会復帰された後、診察に来られるんですが、その時がビックリ。きれいな洋服に、整ったメイクをして、振る舞いができるでしょう。できたらしない生活を送っている人がいきなりスーツを着てスマートな立ち居振る舞いができるでしょう。できるわけありません。キレイは、その人の背景から生まれると思うんです。だから、キレイには絶対値なんて存在しないし、人それぞれであつていんです。私は、"スマートに生きる"をモットーにしています。物事の判断は○か×かの二者択一、複雑に考えてても答えは出ない。シンプルがスマートなどと考えています。私にとつてのキレイはそんなスマートな生き方が土台になっています。皆さんも自分に合ったキレイを追求し続けてください。

普段、メイクを怠つて、お肌の手入れもしていない人が突然メイクでパッチリ決めるでしょう。普段、だらしない生活を送っている人がいきなりスーツを着てスマートな立ち居振る舞いができるでしょう。できるわけありません。キレイは、その人の背景から生まれると思うんです。