



美容家
顔筋膜リフト・セルフケアトレーナー

佐藤 由美子

Y U M I K O S A T O

実践すれば確実に効果が出ると話題！
404人の顔を変えた！

「YUMIKO式・顔筋リフト美顔」考案者
顔の筋膜セルフケアでマイナス15歳の顔にした
一生、進化する 奇跡の50代
この7年で述べ38000人の指導にあたる。
(2022年12月現在)

生年月日：1969年6月19日

出身地：千葉県 身長：154cm

公式 HP：<https://www.yumikobikokkaku.com/>

Instagram：@sato_yumiko_

フォロワー6万人！

【略歴】

日本大学芸術学部放送学科アナウンスコース卒業。

1969年生まれ。40歳を前にして、ストレスから不眠を経験し、体や心を整える勉強を始める。

大手フィットネススタジオのインストラクターを経て、2020年に独立。オリジナルメソッド

「YUMIKO式・筋膜リフト美顔」を考案。のべ38000人を指導。

オンラインでの1対1のプライベートレッスンは、2020年2月より開始。

毎回満席になる人気講座。実践すると確実に結果が出ると話題になっている。

受講者は日本のみならず、アメリカ、イギリス、ドイツ、オーストラリア、

上海など海外からも多数受講。

【信念】

～世界中の皆さんに笑顔が溢れる輝く人生を！

「YUMIKO式・筋膜リフト美顔」で美しさの輪を広げていきます～

「YUMIKO式・顔筋リフト美顔」セルフケアで一人でも多くの皆さんが顔のお悩みを改善し
本来の美しさを引き出されることで、益々笑顔に溢れる輝く人生にして欲しい
という思いから勢力的に活動をしています。

実際にご受講された多くのみなさんが顔のお悩みを改善されて、
ますます美しくなられて、さらに自信を取り戻しどんどん輝きを増されていらっしゃいます。
これからも世界中に「YUMIKO式・顔筋リフト美顔」で美しさの輪を広げていきます。

【資格】

- ・日本ヴィヴェーカナンダ・ヨーガ・ニケタン認定講師
- ・ビューティ・ペルヴィス®認定講師（骨盤）
- ・全米NLP協会認定NLPコーチングマスタープラクティショナー
- ・勝山浩尉智美容矯正・最新シンメトリー整顔テクニック認定書習得



「YUMIKO式・筋膜リフト美顔」セルフケアで
佐藤由美子自身がマイナス15歳の顔に！！

～「YUMIKO式・筋膜リフト美顔」セルフケアでマイナス15歳の顔に！！～

私たちは10年前よりキレイになれる。
自分の手と、一日10分の時間があれば、

ヨレてしまった筋膜をピンと張ることで、
お顔の本来の美しさを引き出すことができます。

実際に私自身も浮腫からたるみになり
大きくなってしまった顔、小さくなってしまった目、
くすんでしまった肌、刻まれてしまった法令線、
なくなってしまったシャープな顎、
短くなってしまった首などのお顔の悩みを
顔筋膜セルフケアで見事にマイナス15歳の顔に
戻すことができました！！



38歳



53歳



41歳



53歳

生徒さん達の変化

「YUMIKO式・顔筋リフト美顔」セルフケアで
 たくさんの生徒の皆さんもお顔のお悩みを解決されただけでなく、
 本来の美しさを引き出されていていらっしゃいます。

たった3ヶ月で！

50代前半ヒロコさん



Before → After

「深刻なマスクたるみ」が改善。ダイエットしたようにお顔がスッキリ！「人生で一番目が大きくなった」輝く笑顔取り戻せました。

お悩み

- ・顔のたるみ
- ・二重あご
- ・目が小さい
- ・ほうれい線



3ヶ月で改善したこと

- ・顔が一回り小さくなった
- ・目が大きくなり、顔が立体的に
- ・頬が引き上がり、あごがキュッ

たった3ヶ月で！

50代前半マズミさん



Before → After

「美容医療はもういりません」レッスンの
 たびにあふれる涙。

筋膜をピンと張ると小顔になり
 あごもV字に！シワも消えました！

お悩み

- ・ほうれい線がくっきり
- ・目の下のゴルゴライン
- ・顔の歪み、むくみ、
- ・顔が大きくなってきた



3ヶ月で改善したこと

- ・血色がよくなり肌のキメが細くなった
- ・顔がピンと張っている感覚
- ・顔が小さくなり、あごがV字に

生徒さん達の変化

たった3ヶ月で！

40代カオリさん



姿勢が悪いせいであごが下がり顔が長くなっていた。お顔のサイズが明らかに変化！お肌もつややかに。

お悩み

- ・顔のたるみ
- ・おでこのシワ
- ・ほうれい線
- ・頬骨が出ている
- ・シミ。くすみ



3ヶ月で改善したこと

- ・縦に伸びていた顔が小さくなった
- ・肌にハリとうるおいが戻った
- ・まぶたが引き上がり、目がパッチリ

たった3ヶ月で！

50代前半ヒサコさん



顔の左右差がなくなり、目の位置とあごのラインが整いました。下あごの位置のズレから顔が長く見えてしまっていました。

お悩み

- ・目の下のたるみ
- ・あごのたるみ
- ・顔の左右差
- ・シミ、くすみ



3ヶ月で改善したこと

- ・顔の左右差が改善されてきた
- ・フェイスラインがシャープに
- ・肌にハリと透明感が出てきた

指導実績

対面レッスン指導人数 37000人

(2010年～2020年1月累計)

オンラインZOOMレッスン 1104人

(2020年2月～2022年12月累計)

【書籍】

『キュッと細見せ！ 魔法の美脚ストッキングつき
マイナス10歳ボディをつくるフェミトレ』
(2019年4月23日 主婦の友インフォス)

『一生進化する 筋膜リフト美顔』
(2022年12月8日 主婦の友社)

【Web CM】

サントリーセサミン出演中 2019年8月～ 出演中

【テレビ】

今夜はナゾトレ (フジテレビ)
ショップチャンネルゲストにて出演中
月刊MSAドコかde談話 第31話 ゲスト出演
なないろ日和！ (テレビ東京) 2022年6月

【ラジオ】

- ・FMサルス「Afternoon SALUS」
ゲスト出演 2017年7月
- ・ベイFM パワーベイモーニング
「THE TARGET」にゲスト出演2020年11月27日7時15分～

【雑誌】

GLOW、美スト、STORY、HERS、美的
クロワッサン・ヘアカタログ・健康

【web】

アントレスタイルマガジン
小学館 DIETポストセブン 『美瘦習慣』記事、
ワークアウト動画、STORY web、テレ東プラス、
ダヴィンチweb

【イベント】

銀座三越トークイベント
新宿高島屋トークイベント
Lululemone、
東急ホテルにてイベントレッスン
雑誌「からだにいいこと」×東武百貨店池袋店
タイアップイベント「からだにいいことフェア出演」
2020年11月
アンチエイジングフェア2021年 in KYUSHU 2021年 2月
「マチュア世代の元気でキレイをサポートDay」
主婦の友社主催 二子玉川蔦屋家電協力 2022年12月

