



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5年で述べ44000人の指導にあたる。
(2025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.yumikobikkaku.com/>
Instagram：@sato_yumiko_
フォロワー9.7万人（2026年1月現在）

【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のがお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お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
- ・日本化粧品検定2級



「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！！



【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サルース「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
Lululemon、
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とキレイをサポートDay」
主婦の友社主催 二子玉川蔦屋家電協力 2022年12月

