



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！

「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

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\_

フォロー8. 5万人！！

### 【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



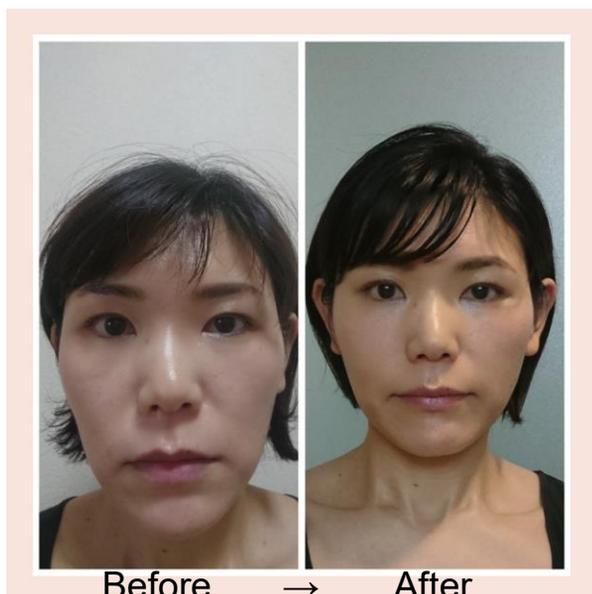
## 3ヶ月で改善したこと

- ・血色がよくなり肌のキメが細かくなった
- ・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

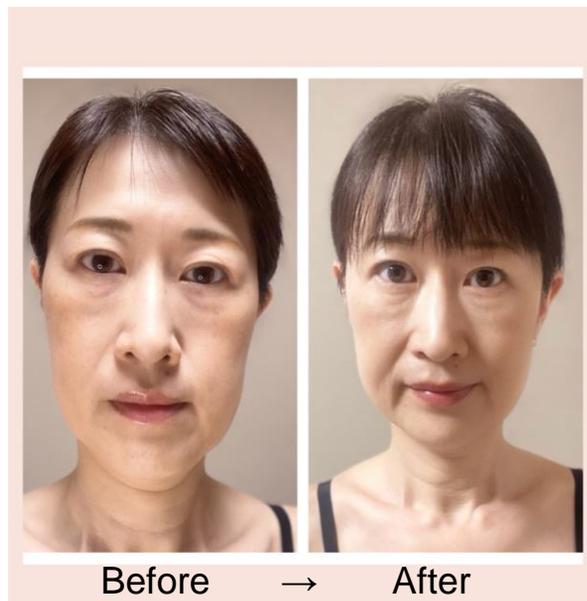


## 3ヶ月で改善したこと

- ・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)

## 【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～
- ・ ラジオ日本「ハマビジ！」23年1月

## 【雑誌】

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

## 【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

