



低身長スタイリストかどの小町

背を高く見せれば、  
うまくいく。(上)

- ・身長149cmなのに、155cmと間違われる
- ・「ホントに低身長？」と疑われる

**+6cm**見せを

叶える「魔法」を公開！



※最後のページにお得なキャンペーン情報があります！

期間限定なのでお見逃しなく！

## ・プロローグー低身長な私たちの悩みー

低身長のせいでサイズが合わず、着たい服が着れない。

背がスラッと高く、いろんな服が似合う人を見てうらやましいと思ってしまう。

身長 149cm の私は、いつもそう悩んでいました。

20代前半までなら「小さくて可愛い」で済んだかもしれませんが、

ある程度の年齢になると背が低いことは特権でもなんでもなく、

**ただの悩み**でしかありません。

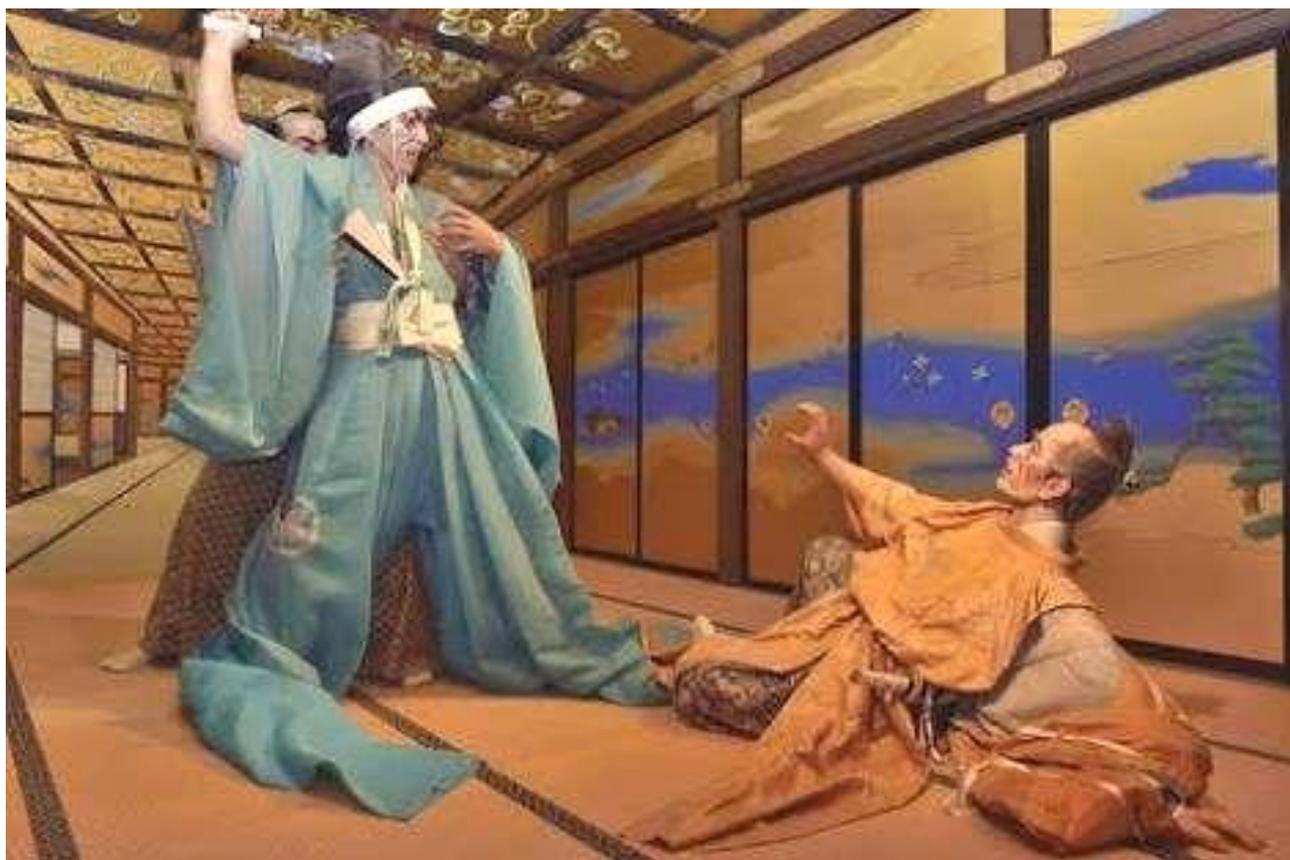
ロング丈の洋服はすそを引きずる長さ。

ミモレ丈のスカートはロングスカートになる。

袖は長すぎて萌え袖どころか指先すら出ない。

ロングブーツはニーハイブーツに早変わり。

ワイドパンツは殿様のハカマみたいになってしまう…



さらに、少しでも太れば  
**ずんぐりむっくり**に見えてしまうという  
残酷な現実。

背の高い人なら2～3kg 増えてもそんなに問題ないでしょうが、

私たち低身長はすぐ体型が変わってしまいます。

そんな悩みを相談しても、背の高い人からは

**「痩せればいいだけでしょ。身長を言い訳に使うな」**

と、キツイ言葉を浴びせられます。

ただ身長が低いというだけで服を買うのが難しかったり、

スタイルが悪く見えやすかったり、

背の高い人よりも体重の変化に気をつけないといけなかったり…

私たちは普通の人よりも悩みを多く抱えています。

でも、だからといって着たい服やスタイルをあきらめる必要などありません。

なぜなら、服のサイズをうまく利用すれば  
着たい服を着れるようになるし、

コーディネートで身体をきゃしゃに、  
スラッと背の高いスタイルに見せること  
ができるからです。

低身長にずっと悩まされてきた私は、  
コーディネートを工夫することで  
実際よりも背を高く見せられるようにな  
り、

身長 149cmなのにいつも 155cm くらいだと  
間違われるようになりました。

また、服のサイズをうまく利用するという  
ワザを編み出し、好きな服を着れるよう  
になりました。

あなたもこの2つの「魔法」を使い、  
スタイルをよく見せ、着たい服を着こな  
しませんか？

## 低身長をスタイル良く見せ、 着たい服を着れるようになるためには

お店で売られている洋服は、身長 160cm くらいを標準として作られていることが多いと感じています。

でもだからといって悲観することはありません。

私たち低身長なりの「着こなし方」を身につければ良いのです。

その着こなし方は以下の3つのポイントから成り立っています。

- ・**身体をきゃしゃに見せる**
- ・**たての長さを長く見せる**
- ・**売っている洋服のサイズを利用する**

この3つを押さえれば、身長のせいで着れる服がない、なんてこともなくなるし、

実際よりも背が高く、スタイル良く見せることができるのです。

## ・身体をきしゃしやに見せる

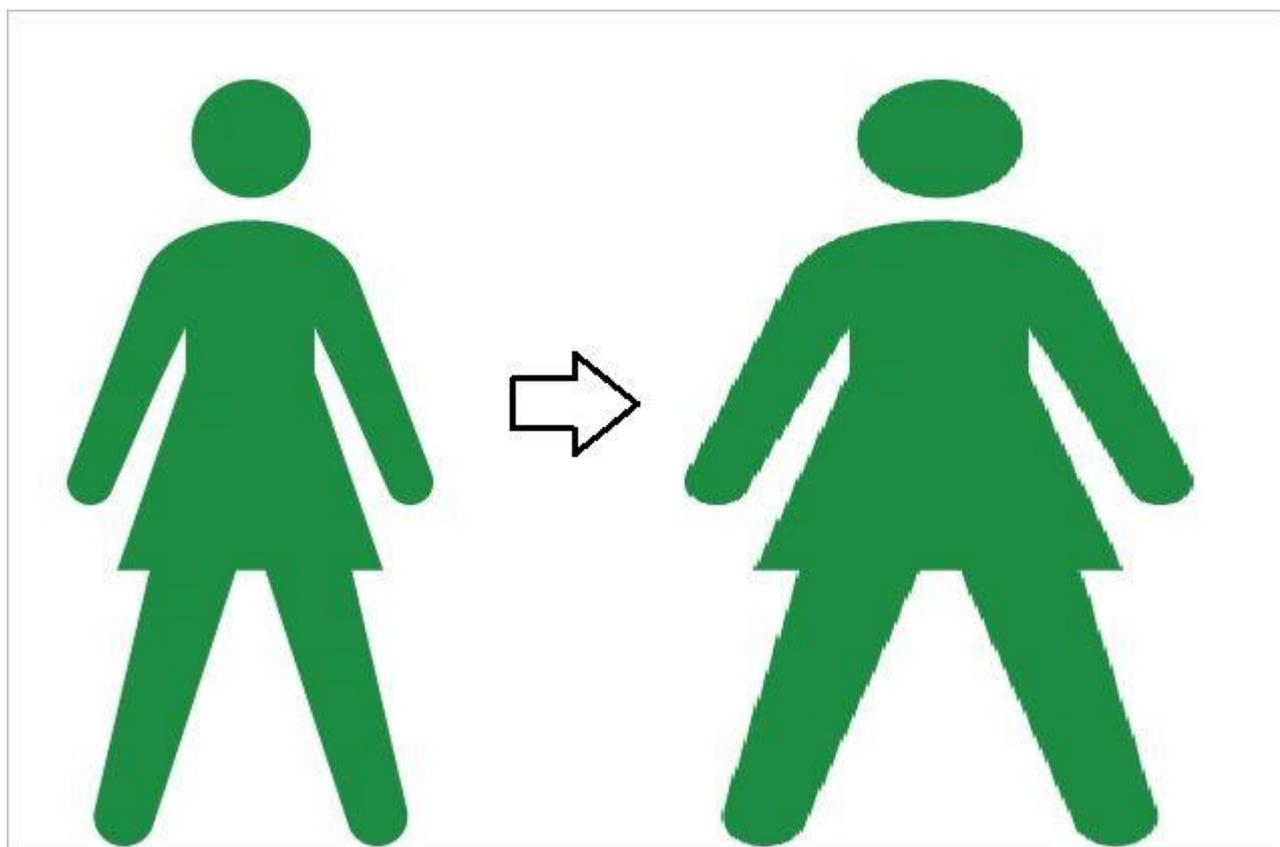
身体をきしゃしやに見せる、と聞くと  
「低身長だと太って見えやすいからな～」  
と思われるかもしれませんが。

その考えは半分当たっていますが、もう半分は違  
う意味です。

なんと、身体をきしゃしやに見せると背が高く見え  
るんです！

逆に言えば、横幅が広いと実際よりも背が低く見えてしまうということ。

このイラストは2つとも身長は同じ。横に引き伸ばしただけです。



それなのに、右のほうが低身長に見えます。

比率の関係上、横幅が広いと縦の長さが短く見えます。

逆に、横幅がせまいと縦の長さが長く見えるというわけです。

# 身体をきゃしゃに見せるには

身体をきゃしゃに見せる上で大切なのは、シルエットを工夫することです。

私がよく使うシルエットは主にこの4つです。

・Aラインシルエット

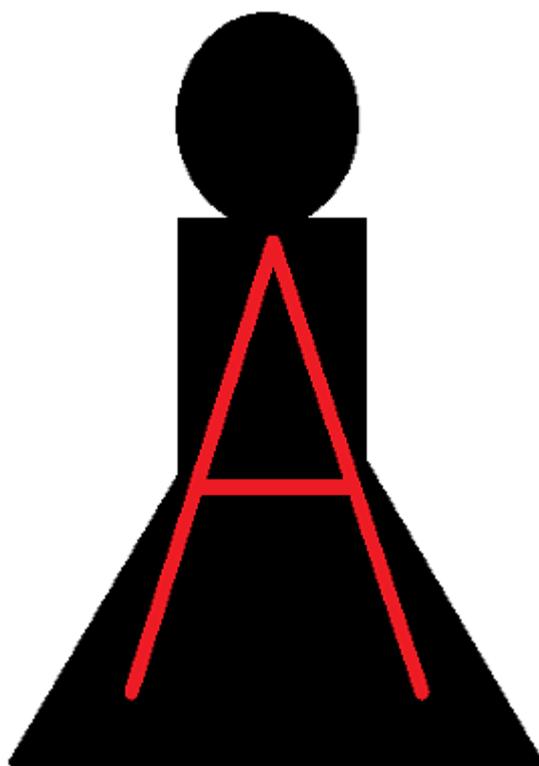
・Yラインシルエット

・Xラインシルエット

・Iラインシルエット

## ・Aラインシルエット

Aラインというのは上半身をタイトに、下半身にボリュームを出すシルエットのことです。



ロングスカートやワイドパンツを履く時によく使うシルエットです。

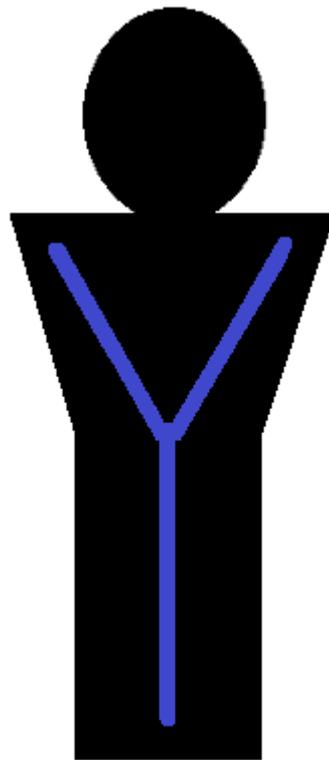
上半身をタイトにすることで、  
下半身にボリュームを出しても、身体全体をきゃ  
しゃに見せることができます。

例)



## ・Yラインシルエット

YラインはAラインとは逆で、  
上半身はボリュームを出し、下半身をタイトにする  
シルエットのことです。



ビッグ T シャツなどを着る時に使うシルエットで  
す。

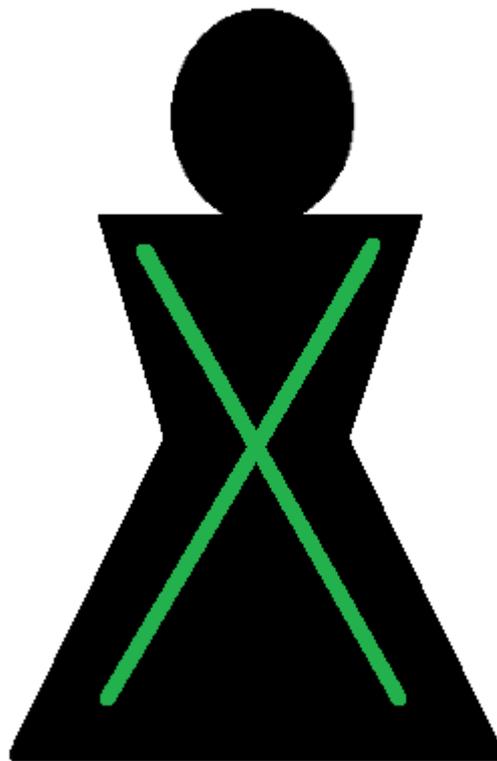
脚が細く見えますよ。

例)



## ・Xラインシルエット

Xラインとは、上半身も下半身もボリュームを出し、ウエストのくびれを強調するシルエットのことを指します。



ふんわりしたブラウスとワイドパンツを合わせる時などに使います。

ウエストにくびれを作ることにより、太って見えてしまうことを避けてメリハリのあるスタイルに  
見せることができます。

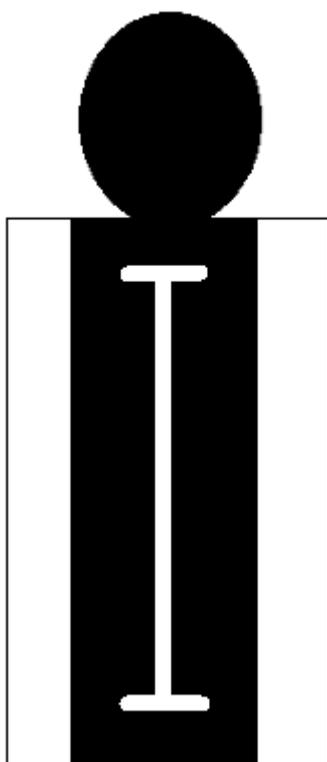
例)



## ・Iラインシルエット

I ラインは、上半身も下半身もタイトにするシルエットのことを言います。

私の場合、ロングカーディガンなどを羽織って細く見せることを指します。



4つのシルエットの中でいちばん脚が長く見え、  
きゃしゃに見せることができるシルエットです。

例)



この4つのシルエットになるようコーデすれば、  
身体をきゃしゃに見せることができ、背を高く見  
せることができます。

ここからさらにいろんな工夫をしてより背を高く、  
よりスタイルよく見せていきましょう！

ここまで読んでくださりありがとうございます。  
続きは下巻にてお楽しみください。

## \* 今だけ！キャンペーンのお知らせ \*

通常、下巻は本書の感想とアンケートを送っていただいた際に無料でプレゼントしています。

現在キャンペーン中につき、今から3日以内に本書の感想とアンケートを送っていただければ**下巻**  
**+特別プレゼント**をセットでお渡しいたします！

※3日以上経つと下巻のみのプレゼントとなります。  
あらかじめご了承ください。

[感想を送って無料で受け取る！](#)

※青い字をクリックすると詳細ページに移動できます

ちなみに下巻の内容はこんな感じです。

・ お店で買う服はサイズが合わない！という  
悩みが消える方法とは？

・ お店で買うより難しい、通販の買い物で  
私がサイズ選びを間違えない理由とは？

・ 短足な私が、さりげなく脚を長く見せている  
ヒミツの方法とは？

・ 視線を上を集め、背を高く見せるカンタンな  
方法とは？

特別プレゼントの内容はこちら。

特別プレゼントタイトル：

「プチプラのみ♡

低身長な私の行きつけショップ6選」

・低身長スタイリスト、かどの小町が  
服を買うときに絶対に行くお店ベスト3とは？

・通販で服を買う時に利用する、  
楽天の定番のお店ベスト3とは？

・意外！？プチプラで有名な〇〇〇〇に服を、  
かどの小町が買いに行かない本当の理由とは？

などなど、ほかでは知ることができない内容が書かれています！

無料期間は今だけです！

ぜひ今すぐ無料で手に入れてください！

[感想を送って無料で受け取る！](#)

※青い字をクリックすると詳細ページに移動できます

では、下巻でお会いしましょう。  
かどの小町でした。

## 【著者】

かどの小町

低身長の子でスタイルが悪く見えてしまう女性に、スラッと背が高くスタイル良く見えるコーディネートを提案するスタイリスト。文部科学省後援 色彩検定2級取得。元ショップ店員。身長 149cm。

---

背を高く見せれば、うまくいく。(上)

---

2018年6月 第1版完成

著者：かどの小町

著者ブログ：<https://www.bi-labo.net/>

---

第三者による本書の無断転載などは一切禁じます。