

「肌・心・体」のキレイは自分で磨く

2016年4月23日発行・発売 2016年5月23日発行・発売 第16巻第2号通巻139号 平成27年5月22日第3種郵便物承認

美的

BITEKI

7年連続!
美容誌実売
No.1
2009年上期-2015年上期
ABC公査部数調べ

特別付録

ダイエット

美肌

肩こり...and more!

コットンパール風

耳ツボ刺
イヤーカー

6 2016 June
特別価格 630yen
PC・スマホから「美的.com」にアクセス
<https://www.biteki.com>

BITEKI
15th
anniversary

中村アン
ゴールドアクセで
魅せるメイク

夏新色でいい女!
「河北メイク」
8つのキーワード

別冊付録
2016
夏新色

GWにトライしたい!

だから私は 10日で 変われる!

毎日書き込み式
レコーディング
NOTE BOOK付き!

- 1 憧れ美女が“〇〇を磨く”
10日間濃密ビューティ
- 2 最短!最強!
たった10日で、輝く自肌
- 3 簡単3アクションで、毛穴よ、肌
- 4 なんと!「10日で小顔」が可
- 5 今すぐマネしたい! `ヘアアイ
- 6 この「神アイテム」で、ラクして美
- 7 磨く&潤すケアで、ゴキゲンB
- 8 まつげはどこまで伸びる!? リ
- 9 腸内環境リセットご
- 10 `私に合う、ダイエット
10日間でスッキリ! ほ
- 11 `キレイになれる、お出かけし