

女性を一番綺麗にしてくれるのは、高い化粧品でも、紅蜘蛛ダイエットでもなく、幸せに満ちたセックス。

けれど「最近あまり感じなくなってきた」「彼とご紅蜘蛛無沙汰になってきた」とセックスに悩みを持つ方が少なくないようです。

そこで今回は、そんな生活に終止符を打つために、セックスライフをより充実させるヒントをご紹介します。

今夜から再び彼と熱い夜を過ごせるかも…。

■セックスする前に水分を摂る

皆さんはセックスをする前にちゃんと水分補給をしてい女性用媚薬ますか？ FRANCE T253 この質問に「YES」と答える方は少ないでしょう。

「確かにエッチは体を動かすし、汗もかくけど水分補給するほどじゃないし」と思うかもしれませんが、セックス前の水分補給は、脱水媚薬症状防止のためだけではないんです。

実は、女性が濡れやすい体になるためにはある程度の水分補給が必要。そのため、普段からちゃんと水分を摂っておくと濡れやすくなり、感度も良くなるんです。あまり濡れにくい…という方はもしかして水分摂取の量が少ないのかも。セックス前は水分を摂ることを習慣にしてみてください。

■カップルで同じ香りのものを共有しない

彼氏と同じフレグランスを使っている、という方も多いですね。マグナ RX けれども、体臭はセックスアピールの重要な要素となるため、カップルで同じ匂いにしてしまうと、新鮮味が消え失せ、お互いに興奮しにくくなるんです。

なので、同棲しているとしても、彼氏とは別々のシャンプーやボディソープを使うようにしましょう。

また、香りは性的興奮を呼び起こす材料となるので、セックスをする時はイランイランなどの催淫効果のあるアロマを使用すると◎。

■感度を高めるエクササイズをしておく

膣の周囲にある骨盤を鍛えるエクササイズしておくと、セックス時の感度がグッとアップ。

立ちながら肛門と膣に力を入れてキューっと締めて、休む、を繰り返してみてください。

このエクササイズなら台所に立っている時でも、電車の中にいる威哥王時でもすぐに行うことが可能です。男性側に期待するだけでなく、女性もすすんで努力することが大切です。

■普段から触り合いっこしておく

日頃からスキンシップがとれていると、セックスレスにもなりにくい傾向があります。

なので、普段から彼とセックス以外でイチャイチャすることを心掛けましょう。

お互いの肌の温度を確かめ合っているうちに、ふと欲情してそのまま気持ちのいいセックスに突入！なんてことも期待できます。

■子作りのことを考えない

結婚している方だと“子作り”が、セックスをする大きな理由になってくるかと思います。

しかし、「子作りのためだから」と言って男性側に迫ると強制されているような気分になってしまい、だんだん彼のやる気も薄れてきます。

なので、セックスする時は子作りのことは考えないで、純粹に楽しむことに集中してください。

楽しむだけのセックスはお互いにプレッシャーもなく、快楽を追及できます。激しく愛し合っているうちに、子宝に恵まれる可能性だってあるんですから。