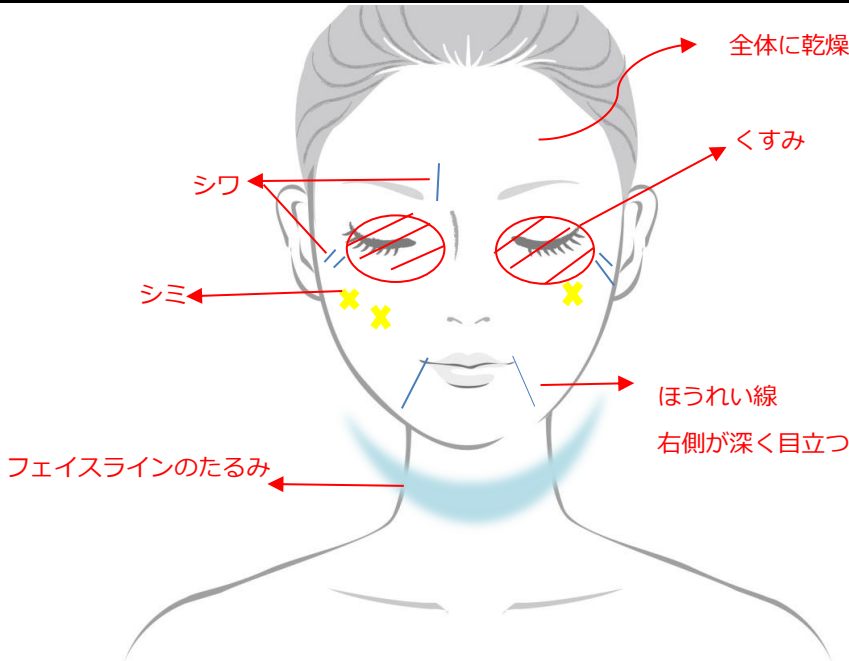


フェイシャルカルテ

学校名： ICAM開催（オープン試験）の受験者は空欄

氏名（技術者）： 受験者名を記入



色ペン・記号（斜線、○や×印、塗りつぶしなど）を使用しわかりやすく記入。傷などがある場合も記入すること。

●**スキントイプ** スキントイプをチェックする 「レ」をつける

- ノーマルスキン ドライスキン オイリースキン コンビネーションスキン

●**使用化粧品**

| 工 程 | 特徴成分 | 使用目的・効果 |
|-------------|--------------------------|---|
| クレンジング | スイートアーモンド シアバター、海藻エキス | 摩擦の少ない滑りの良いミルクタイプを使用、メイクや 皮膚表面の汚れを取り除く |
| ディーブクレンジング | パパイン、フルーツエキス | （酵素ピーリング）不要な角質を穏やかに取り除き 有効成分の浸透を高める |
| フェイシャルマッサージ | ホホバオイル、ビタミンE | 抗酸化、保湿効果の高い滑りの良いオイルを使用 血行促進、リラクゼーション効果 |
| パック | ナイアシンアミド、セラミド ビワ葉エキス | 保湿効果、血流促進効果のあるクリームパックを使用し 潤いのある肌に仕上げる |
| 整 肌 | ヒアルロン酸、リピジュア アルニカ花エキス | （化粧水・乳液） 潤い、張り、弾力を与え、透明感のある肌に整える |

●**ホームケアアドバイス**

| | |
|--------|--|
| スキンケア | 保護機能の低下やシワの原因となる乾燥を防ぐため、保湿効果の高い化粧品を使用。 クレンジングや洗顔は、肌を刺激しないようやさしく行う。 プラセンタ等が配合されたシートパックを週1回程度行い、張り・弾力を回復させる。 |
| 食事・生活面 | ビタミンE（アーモンド、赤ピーマンなど）やトマト、にんじん、ほうれん草など抗酸化作用のある食品を 意識して摂取し、バランスの良い食事を心掛ける。（血行促進、くすみの改善など） 適度なスポーツや入浴で血行を促進、同時にストレスを解消する。 |