

トリートメントカルテ

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

BODY ※当日のモデルの状況を記入。

●身体の状態 脚のむくみ・冷え、腰部の張り、肩こり、肌の乾燥	●使用化粧品	
	化粧品タイプ オイル	特徴成分 コメ胚芽油、グレープフルーツ果皮油

FACIAL ※当日のモデルの状況を記入。

●肌の状態

※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。

〔スキンタイプ〕 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

●トリートメントプラン ※（基本コースの工程を行います）使用化粧品はスキンタイプを考慮して選択する。

クレンジング	化粧品タイプ	ミルクタイプ	特徴成分	シアバター、海藻エキス	
ディープクレンジング	化粧品タイプ	クリームタイプ（酵素）	特徴成分	パパイン、プロテアーゼ、カオリン	
フェイシャルマッサージ	化粧品タイプ	オイル	特徴成分	ホホバ種子油、ローズ	
パック	目的	保湿、栄養補給、細胞賦活	特徴成分	コラーゲン、シロキクラゲ多糖体	
整肌	化粧水	目的	水分補給、消炎	特徴成分	セラミド複合体、DNA-Na
	美容液 他	目的	細胞活性、ホワイトニング	特徴成分	シルクエキス、卵殻膜エキス
	乳液・クリーム	目的	保護、柔軟作用	特徴成分	ヒアルロン酸、アルニカ花エキス

ホームケアアドバイス

ボディケア	血行不良や肌の乾燥が気になるため、入浴で身体を温め、入浴後はボディクリームなどでマッサージをする。ストレッチなどを取り入れて柔軟性を高める。
スキンケア	クレンジングや洗顔は、肌を刺激しないように優しく行い、保湿効果の高い化粧品で整える。プラセンタなど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、アボカド）や、ビタミンA（うなぎ、レバー）を摂る。（※血行促進、抗酸化、角化の正常化など） 緑黄色野菜やたんぱく質なども意識して取り入れ、バランスの良い食事を心がける。 適度な運動で血行を促進し、十分な睡眠をとりストレスを解消する。