

## フェイス【7コース】

### ① ニキビ

- ◆理論
  - ・ニキビの種類 ・創傷治癒について
  - ・発汗の種類と肌の変化
  - ・ストレスについて
  - ・ストレスの身体反応
  - ・ストレス美容に関連するホルモン
  - ・ニキビに関連する性ホルモン
  - ・ニキビと感情
  - ・ニキビ肌・脂性肌への栄養学
- ◆トレーニング
  - ・ハーブトリートメント 5Days
  - ・ニキビ・膿へのアプローチ方法
  - ・ニキビ炎症部位
  - ・クレーターへのアプローチ方法

### ② 敏感肌 乾燥肌 かぶれ 蕁麻疹

- ◆理論
  - ・乾燥肌の定義
  - ・乾燥肌への対応
  - ・敏感肌 アレルギー肌の症状
  - ・乾燥肌 敏感肌の見分け方
  - ・季節の変わり目と皮膚
  - ・集中保湿に必要な商材
  - ・沈静時間 回数を目安
- ◆トレーニング
  - ・ハーブトリートメント 1Days
  - ・ハーブトリートメント 5Days
  - ・敏感肌へのアプローチ方法

### ③ 色素沈着 肝斑 皮膚の色

- ◆理論
  - ・肌の色
  - ・メラニンはどこで作られるのか？
  - ・肌の色と病気 ・ストレスとシミ
  - ・月経 エストロゲン 妊娠中の皮膚
  - ・副腎皮質ホルモンと皮膚
  - ・シミへの生活習慣【外面 内面】
  - ・肝斑の方の心の状態
  - ・しみとハーブの関係性
  - ・沈静時間 回数を目安
- ◆トレーニング
  - ・1Days 3Days 5Days コースの提案
  - ・シミへのアプローチ方法

### ④ エイジングコース 法令線 リフトアップ

- ◆理論
  - ・老化の原因 ・肌と老化現象
  - ・シワの種類
  - ・表皮性 真皮性 老化性
  - ・新陳代謝とリンパ
  - ・細胞レベルのアンチエイジング
  - ・老化の思考とホメオスターシス
  - ・老化を防ぐための栄養学
  - ・老化肌へハーブ回数
- ◆トレーニング
  - ・ハーブトリートメント 5Days
  - ・シワへのアプローチ方法
  - ・法令線リフトアップへアプローチ方法

### ⑤ アトピー性皮膚炎 接触性皮膚炎

- ◆理論
  - ・アレルギー反応 ・体液について
  - ・リンパ液について ・細胞について
  - ・組織について
  - ・アトピー性皮膚炎の方の環境
  - ・アトピー性皮膚炎の方の心の状態
  - ・アトピー性皮膚炎の方へアプローチ方法
  - ・ハーブトリートメント期間と回数を目安
  - ・アトピー性皮膚炎の方の体内を美しくする商材
- ◆トレーニング
  - ・1Day 5Days コース
  - ・デリケートなお肌への触れ方
  - ・症状別の技術トレーニング

### ⑥ 目の垂水 眼瞼下垂

- ◆理論
  - ・表情筋について
  - ・目の周りの筋肉
  - ・目の周りのツボ 疲労回復のツボ
  - ・目の浮腫み
- ◆トレーニング
  - ・5 Days エイジング代謝上げ方
  - ・眼輪筋 目の下のくま たるみ トレーニング
  - ・眼精疲労回復のヘッドマッサージ

### ⑦ 部分入れコース (FACE)

- ◆理論
  - ・顔のリンパ
  - ・部分入れのできる部位
  - ・部分入れの長所・短所
  - ・アフタートリートメントの時期
  - ・ケア方法
- ◆トレーニング
  - ・鼻の毛穴の開き
  - ・ニキビ【口の周り・フェイスライン・額】
  - ・火傷 ・鼻の下のシワ
  - ・眼鏡のシミ

## ボディ【6コース】

### ⑧ 背中ニキビ・背中のむくみ

- ◆理論
  - ・ニキビの種類 創傷治癒について
  - ・発汗の種類と肌の変化
  - ・リンパの役割
  - ・ストレス美容に関連するホルモン
  - ・背中の浮腫み 筋肉
  - ・背中のニキビと内臓
  - ・背中のニキビと感情
  - ・ニキビに関連する性ホルモン
  - ・アフター後のケア方法
- ◆トレーニング
  - ・ハーブセラピー 1day 5days
  - ・ニキビ炎症部位の触れ方
  - ・背面アプローチ方法

### ⑨ 妊娠線 お腹の引き締め セルライト

- ◆理論
  - ・妊娠線の経過と症状
  - ・セルライトの原因と種類
  - ・セルライトのできやすい箇所
  - ・セルライト改善方法
  - ・ハーブの回数を目安
  - ・セルライトを分解する食品・栄養
  - ・帝王切開の傷跡・種類とアプローチの仕方
  - ・出産後の皮膚状態とアプローチの仕方
  - ・シナジー セルライトプロテイン
- ◆トレーニング
  - ・5Days アプローチ
  - ・妊娠線 腹部 セルライト

### ⑩ ヒップアップ ヒップの黒ずみ

- ◆理論
  - ・ホルモン系
  - ・ホルモン分泌活性化
  - ・ホルモン内分泌器
  - ・エステティックに深い関係の深いホルモン①
  - ・エステティックに深い関係の深いホルモン②
  - ・性ホルモン
  - ・デリケートゾーン (黒ずみ・かゆみ・ハリ)
  - ・ハーブの回数を目安
- ◆トレーニング
  - ・1Day 5Days アプローチ
  - (ヒップ 黒ずみ デリケートゾーンアプローチ方法)
  - ・部位によってハーブの量
  - ・エキスの使い分け トレーニング

### ⑪ 足の静脈瘤 足のセルライト

- ◆理論
  - ・血管 動脈瘤
  - ・リンパ
  - ・クエン酸回路
  - ・デトックスの臓器 腎臓肝臓
  - ・セルライトのできやすい部位
  - ・血管セルライトを分解する食品 栄養
  - ・静脈瘤の状態 回数を目安 施術ポイント
  - ・静脈瘤 欠点と注意点
- ◆トレーニング
  - ・静脈瘤の触れ方
  - ・セルライトへの手の触れ方
  - ・足のむくみ改善へのトレーニング

### ⑫ アトピー性皮膚炎 接触皮膚炎

- ◆理論
  - ・アトピー性皮膚炎の原因
  - ・アレルギー性皮膚炎のメカニズム
  - ・三寒四温とアトピー
  - ・アトピー性皮膚炎の方の心の環境・心の状態
  - ・美肌のための栄養学
  - ・エステシャンとしての栄養学
  - ・栄養吸収のメカニズム
  - ・アトピー性皮膚炎の方への体内を美しくする商材(シナジー)
- ◆トレーニング
  - ・1Day 5Days アプローチ方法
  - ・炎症部位に合わせた入れ方
  - ・背中 腰へのトレーニング
  - ・足 太ももへのトレーニング
  - ・腕 手指へのトレーニング

### ⑬ 部分入れコース (BODY)

- ◆理論
  - ・部分入れのできる部位
  - ・回数を目安
  - ・アプローチ方法
- ◆トレーニング
  - ・1Day コース
  - 足、腕、手、縫い跡、手の指、足の指、膝ひじ膝のくすみ、かかとのひび割れ