

一般財団法人  
日本エステティック試験センター  
技術力確認試験  
受験要項  
《2014年度》



※2014年4月1日以降の試験実施に対応

一般財団法人日本エステティック試験センター

2014年3月

※2016年6月 実務経験者モデル年齢を18歳以上に改定

# 目次

1. 受験資格.....	1
2. 試験概要.....	1
• 試験項目	
• 試験範囲	
• 合格基準	
3. モデルについて.....	2
4. 準備物.....	2～3
5. 試験の流れ.....	4～12
• ボディ技術力確認試験の流れ	
• コンサルテーションシート〔ボディ〕	
• フェイシャル技術力確認試験の流れ	
• コンサルテーションシート〔フェイシャル〕	
6. タイムスケジュール（例）.....	13

※本要項に記載されている「マッサージ」という用語は、エステティック施術において、美と健康を目的として行い、肌や身体に対して穏やかに働きかける行為であり、  
医業類似行為としての『マッサージ』とは異なるものです。

## 1 受験資格

### 登録養成校

- ・ 300 時間コースを修了した者（通信制を含む）
- ・ 300 時間以上コースで、所定の 300 時間のカリキュラムを修了した者

※ともに修了見込者含む

### 実務経験者

- ・ エステティシャンセンター試験(筆記)合格後 3 年以内であること

※エステティシャンセンター試験出願時に要証明書：  
エステティック(フェイシャルまたはボディ)に関連する  
実務経験が 1 年(時間換算目安 1600 時間)以上  
(試用期間を除く)

## 2 試験概要（登録養成校・実務経験者共通）

### 試験項目

- ・ フェイシャル手技
- ・ ボディ手技
- ・ コンサルテーションシート作成（フェイシャル・ボディ）

### 試験範囲

#### フェイシャル技術力確認試験 <85 分>

クレンジング

コンサルテーション

フェイシャル機器 ※トリートメントは行わない(口頭試問)

ディーブクレンジング（化粧品または機器）

フェイシャルマッサージ（デコルテ含む） ※基本手技 3 手技以上が入ったもの

パック（マスク）

仕上げ

口頭試問

### 試験範囲

#### ボディ技術力確認試験 <55 分>

コンサルテーション

ボディマッサージ ※基本手技 4 手技以上が入ったもの

口頭試問

### 合格の判定

フェイシャルとボディともに一定レベルに達していること

### 3 モデルについて

#### 登録養成校

- 年齢：登録養成校の裁量による

#### 実務経験者

- 年齢：18歳以上

#### 登録養成校・実務経験者共通

- 性別：女性
- 受験者は自分が同伴したモデルを施術する
- モデルは、デメイクを施していること（事前にチェックあり/モデル用メイク化粧品を持参のこと）
- すべての施術に対応できるモデルであること

※以下の事項に該当しないこと

- ・極度の敏感肌など試験の進行に支障をきたす恐れがある
- ・治療中の疾患がある ・最近大きな手術を受けた ・持病が根治していない
- ・妊娠中、出産直後 ・強い日焼け直後 ・アレルギー反応が出ている
- ・感染の恐れのある疾病や皮膚疾患 ・てんかん ・糖尿病 ・心臓病 ・腎臓病
- ・アトピーの症状がある ・爪の病気がある ・熱がある ・身体に金属が入っている
- ・アートメイクやタトゥー ・まつげエクステンション

※モデルの肌状態によっては、試験官の判断により試験を中止することもある

### 4 準備物

#### 化粧品類

モデルに適した物でコースの流れに沿った化粧品類を持参すること

※オールスキンタイプ、ボディ・フェイシャル兼用のものは不可

※以下のパック料は使用できません

透明・半透明で仕上がりが分かりにくいもの（ただしごく狭い範囲のみ使用可）

ピールオフタイプのものや石膏パックなど、拭き取りが少ないもの

また、パックシートやガーゼも使用不可

※化粧品類の容器の移し変えは不可 業務用で大きすぎる場合は店販用のものを用意すること

#### リネン類

ベッドメイキング用タオル：

バスタオル又はタオルケット等（シーツ用と上掛け用）・ターバン用タオル等必要数

フェイシャル試験用：必要数

ボディ試験用：必要数

施術用：必要数

※タオル類は、無地で白または淡い色の、清潔であるもの

## 消毒剤

エタノール、クロルヘキシジングルコン酸塩、塩化ベンザルコニウム 等

※使用しやすいようにご用意ください。

## 消耗品

コットン、綿棒など必要に応じて

## 備品類

消耗品類（コットン・綿棒等）を入れるフタ付き容器

パック料を準備する容器・ボウル・スパチュラ・刷毛(ハケ)・スポンジ等

ゴミ用ビニール袋

※その他各自必要と思われるものをご用意ください。

## その他

モデル用：ガウン、ペーパーショーツ、ペーパーブラジャー（セパレートタイプの水着でも可）、スリッパ、ターバン等

※男性受験者と同室になる場合は、ペーパーショーツ・ペーパーブラジャー（水着も可）が必要です。

受験者用：制服または白衣、シューズ、

※制服・白衣は、白または淡い色で清潔であるもの

バインダー、筆記用具、電卓（BMI値算出用/携帯電話不可）、受験票

コンサルテーションシート〔フェイシャル〕・〔ボディ〕 ※モデル記入欄に記入済で事前に提出

## 会場準備物

ベッド、スツール、ワゴン、フェイシャル機器、タオル蒸器、ごみ箱、給湯設備、会場用時計、

コンサルテーションシート〔フェイシャル〕・〔ボディ〕 ※事前にモデル欄記入で提出済

※会場準備物以外の物は一切貸出いたしません。

忘れものなどがあると試験を受けられないことがありますのでご注意ください。

## ボディ技術力確認試験の流れ

試験時間：55分

【ボディNo.1】

順序	所要時間	科目	試験内容	施術上の留意点
①	5分	事前準備	・準備(器具、用具、化粧品)	・器具、用具、化粧品は全て用意する ・化粧品はタイプの異なる化粧品を数種類準備する
			・ワゴンのセッティング	・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする
			・ベッドメイキング	・ベッドメイキングは、きれいに整頓され、清潔感のあるセッティングをする
			・衛生面	・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う
②	5分	受験生の身だしなみ	・清潔感のある身だしなみ	
			手指、爪	・手指、爪をきちんと手入れしておく
			ヘア、メイク	・髪は清潔にきちんと整え、好感のもたれるナチュラルなメイクアップにする
			ユニフォーム	・清潔でシワのないユニフォーム
			ストッキング	・肌色に近い色のストッキング
			シューズ	・清潔で動きやすいシューズ
			アクセサリー	・アクセサリーなどは身につけない
全体の清潔感	・好感のもたれる身だしなみと、全体の清潔感に心がける			
③	10分	ボディ分析(コンサルテーション)	※ベッドの背もたれは立てても、フラットにしても、どちらでもよい。	
			・シートの記入状況	・シートは必要事項を漏れの無いように記入し、時間内(10分)で完成させる
			・ボディの分析力	・モデルの施術に必要な情報を引き出し、肌やからだの状態(脂肪や筋肉の状態など)を的確に捉えて、正しく分析する ・ボディ分析の内容に基づき、施術目的を明確にし、使用する化粧品を選択する
			・アドバイス	・適切なホームケアアドバイス(スキンケア、食事、運動、生活面など)をする
			・接客態度	・対応のマナー、コミュニケーションに気を配る。
④	—	衛生・消毒	・技術者の消毒	・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける
			・モデルの消毒	・施術前に両足のくるぶしから先を消毒する
			・器具、用具、化粧品の消毒と衛生	・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける

順序	所要時間	科目	試験内容	施術上の留意点
⑤		モデルへの準備	・誘導(案内)	・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする
			・セッティング(ヘアターバン、ガウン、タオルなど)	・髪がきれいに包み込まれガウン、タオル等を施術がしやすいように準備する
⑥	35分	マッサージ (手技)	・マッサージ料の肌への適合性と使用量	・施術目的に適合したマッサージ料を選択し、適量を使用する(オイル、クリーム、ジェルタイプなど)
			・手技の肌や身体への適合性	・使用する化粧品の特徴成分、効果を理解している
			・各部位のマッサージを行う	◇ 背面〔下肢(片脚のみ)、腰背部(全体)〕 ◇ 前面〔下肢(片脚のみ)、上肢(片腕のみ)、腹部〕
			・以下の6手技のうち4手技以上を取り入れる 軽擦法 強擦法 揉撫(揉捏)法 打法 振動法 圧迫法	・各手技の目的と効果を理解し、以下に配慮しながら、適合したマッサージを行う } 力加減 密着度 リズム 連続性
			・姿勢、体重移動	・各部位への移動はスムーズに行うこと ・施術部位や手技に応じて、姿勢や体重移動が適正であること
			・上掛けの扱い方 ・マッサージ後の拭き取り	・気配りのあるタオルさばきを行うこと ・拭き残しがないように、きれいに拭き取る ・拭き取りは、背面(マッサージ→拭き取り)～ 前面(マッサージ→拭き取り)の順に行う
			・全体の技術力	・技術にまとまりがあり全体を通して心地よい技術が行われていること
※施術は背面(約15分)→前面(約20分)の目安で行なうとよい				
⑦	—	口頭試問	・ボディおよび化粧品についての知識(理解度、禁忌事項、肌トラブルなど) ・受け答えのマナー	・適確な回答をする ・質問への受け答えはマナーよく
⑧	5分	接客 (全体を通してのチェック)	・接客マナー	・終始、好感の持たれる接客マナーでコミュニケーションを図る
			・気配り	・常にモデルの立場に立って、素早い対応をする
			・安心感	・謙虚で真剣な態度でのぞみ、安心感や信頼性につなげる
		誘導・ 整理整頓・ 後片付け	・配慮	・ヘアターバン、タオル等を外し、髪やタオル、ガウンなどを整える
			・誘導	・ベッドから離れる際、気配りのある誘導ができています
・整理整頓、後片付け	・後片付けは手際よく行う			

コンサルテーションシート〔ボディ〕

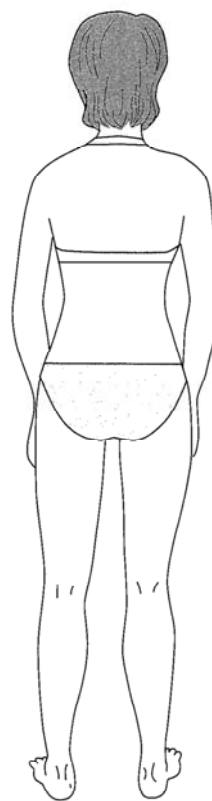
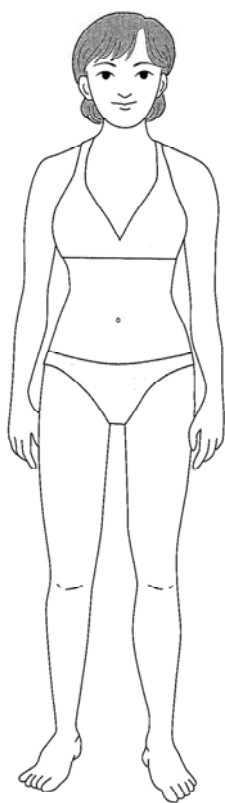
受験番号: 実施年月日: 年 月 日 (太枠 / モデル記入欄)

フリガナ			生年月日 (年齢)	年 月 日( 歳)	未婚 (子供)	既婚 (人)	
お名前							
ご職業	会社員(職種: ) サービス業 自営業 主婦 学生 その他( )						
生活状態(環境)			健康状態				
生活	規則正しい 不規則		体 調	良好 普通 不調			
睡眠	平均( )時間( : ~ : )			冷え性 肩こり 胃腸 便秘			
	寝つきの状態	良い 悪い		婦人科 更年期障害 神経過敏			
	眠りの状態	浅い 深い		不眠 貧血 高血圧 低血圧			
労働時間	1日( )時間( : ~ : )		その他( )				
紫外線	強い 普通 弱い		生 理	順 やや不順 不順 生理痛			
騒音	大きい 普通 閑静			妊娠( 月) 閉経			
運動	よくする 時々 しない	身体疲労		殆んどない 軽度 重度			
	スポーツの種類( )	ストレス		殆んどない 普通 強い			
食生活	規則正しい 不規則		既往症	あり	病名 ( )歳頃		
食品傾向	穀類 魚類 肉類 野菜 油分			なし	手術経験( )		
	塩分 糖分 その他( )			あり	抗生物質 睡眠薬 ホルモン剤		
嗜好品	タバコ1日( )本 アルコール量( )	常備医薬品		あり	精神安定 ステロイド		
	コーヒー1日( )杯 香辛料( )			なし	その他( )		
アレルギー (かぶれ)	あり	食物( ) 植物( ) 日光( ) 化粧品( )					
	なし	薬( ) アクセサリー( ) 花粉( ) 繊維( )					
		その他( )					
アトピー	( )歳頃 ~ 治療法( )						
性格	快活 楽天的 積極的 消極的 神経質 その他( )						
ボディリートメントの経験		なし あり( )					
身長・体重	( )cm ( )kg						
身体の悩み	減量 希望体重( )kg						
	部分痩身 脚(足首 ふくらはぎ 大腿部) 腕 腹部 背中 臀部						
	筋肉の状態(たるみ 過脂肪 セルライト)						
	皮膚の状態(ニキビ シミ あざ 傷 乾燥)						
	冷え むくみ 姿勢の歪み その他( )						
要望							

※ここ以上がモデル記入欄。試験開始前に、モデルにより記入済のこと。



体型などの状態



身長: \_\_\_\_\_ cm

体重: \_\_\_\_\_ kg

⇒ BMI: \_\_\_\_\_ (算出)

総合所見	トリートメントの主な目的

ボディマッサージ料			
タイプ		特徴・成分	

ホームケアアドバイス			
スキンケア		食生活	
運動		生活面	

フェイシャル技術力確認試験の流れ

試験時間：85分

【フェイシャル No.1】

順序	所要時間	科目	試験内容	施術上の留意点
①	5分	事前準備	・準備(器具、用具、化粧品)	・器具、用具、化粧品は全て用意する ・化粧品はタイプの異なる化粧品を数種類準備する
			・ワゴンのセッティング	・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする
			・ベッドメイキング	・ベッドメイキングは、きれいに整頓され、清潔感のあるセッティングをする
			・衛生面	・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う
②	5分	受験生の身だしなみ	・清潔感のある身だしなみ	
			手指、爪	・手指、爪をきちんと手入れしておく
			ヘア、メイク	・髪は清潔にきちんと整え、好感のもたれるナチュラルなメイクアップにする
			ユニフォーム	・清潔でシワのないユニフォーム
			ストッキング	・肌色に近い色のストッキング
			シューズ	・清潔で動きやすいシューズ
			アクセサリー	・アクセサリーなどは身につけない
全体の清潔感	・好感のもたれる身だしなみと、全体の清潔感に心がける			
③	5分	モデルへの準備	・誘導(案内)	・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする
			・セッティング(ヘアターバン、ガウン、タオルなど)	・髪がきれいに包み込まれガウン、タオル等を施術がしやすいように準備する
④	—	衛生・消毒	・技術者の消毒	・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける
			・器具、用具、化粧品	・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける
⑤	10分	クレンジング	※モデルはデイメイクをしていること ※クレンジングは顔と首を行う ※スチーマーは手技を見やすくするため使用しないこと ※スチームタオルでの拭き取りはデコルテまで行う	
			・クレンジング料の肌への適合性と使用量	・肌質及びメイク状態を考慮してクレンジング料を選択し、適量でクレンジングする
			・テクニック	・ポイントメイクやベースメイクが残らないよう行う ・肌状態を考慮して行う
			・拭き取り	・拭き残しが無いように行う
※試験官による、拭き取りのチェックがある				

順序	所要時間	科目	試験内容	施術上の留意点
⑥	15分	肌分析 (コンサルテーション)	・シートの記入状況	・シートは漏れの無いように記入し、時間内(15分)に完成させる
			・肌質の分析力	・施術に必要な情報を引きだし、的確な分析を行う
			・適正なプログラム	・肌分析の内容とトリートメントプランが合っていること ・プログラムの内容を的確に説明できること
			・アドバイス	・モデルに適したアドバイスができる
			・接客態度	・終始、好感の持たれる接客マナーでコミュニケーションを図る
			※ベッドの背もたれは立てても、フラットにしても、どちらでもよい。 ※施術中、モデルの肌に何らかのトラブルが起きた場合は、試験官の許可を得てトリートメントプランを変更することができる	
⑦	5分	口頭試問① (フェイシャル機器)	機器：イオン導入 パター	※トリートメントは行わない。口頭試問のみ。 ※フェイシャル機器をトリートメントプランで使用する場合は機器の選択(イオン導入またはパター)
			・肌分析に基づく 機器と化粧品を選択	・施術目的、効果、注意事項、禁忌事項を理解していること ・使用化粧品の特徴成分、効果を理解していること
			・テクニック	・骨格、筋肉、リンパ等についての名称や位置、流れる方向などを理解していること  <イオン導入> ・『通電確認をどのように行っているか?』 ・『導入の際の重要点(密着・スピード・時間)を理解しているか?』 ・『機器と化粧品の極性、電気の流れについて理解しているか?』 ・『実際に導入を行うまでの手順を説明できるか?』 等  <パター> ・『適切なスピードや吸引力をどのように判断しているか?』 ・『ガラス管の移動はどこに向けて移動させているかを具体的に示せるかどうか?』 ・『リンパ節の名称を3つあげなさい』 等

順序	所要時間	科目	試験内容	施術上の留意点
⑧	10分	ディープクレンジング(洗浄)	<p>※ディープクレンジングは顔と首を行う ※スチーマーのみ単独の使用は不可</p> <p>・以下から選択する(複数選択も可)</p> <p>ハンド洗顔 スクラブ(ゴマージュ) 酵素 ブラシクレンジング エレクトロクレンジング 吸引(サクション) スチーマー</p>	<p>・モデルの肌に合ったディープクレンジング法を選択し、施術を行う</p> <p>・目的、効果、特徴成分、注意事項、禁忌事項を理解する</p> <p>・部分だけでなく、顔と首を行う</p> <p>・肌の状態に合わせて、2種類以上使用してもよい</p> <p>・化粧品は適切な方法で、肌に負担のかからない力加減で施す</p> <p>・機器および化粧品は、正しく安全に使用し、肌に負担なく施す</p> <p>※選択の理由と注意点を理解していること</p>
⑨	15分	マッサージ(手技)	<p>※マッサージは、顔～デコルテまでを行う ※スチーマーはかけないで行う</p> <p>・手技とマッサージ料の肌への適合性と使用量</p> <p>・以下の6手技のうち3手技以上を取り入れる 軽擦法 強擦法 揉撫(揉捏)法 打法 振動法 圧迫法</p> <p>・全体の技術力と姿勢</p>	<p>・コンサルテーションに基づき目的に合ったマッサージを行う</p> <p>・肌質や目的に合ったマッサージ料を選択し、適量を使用する</p> <p>・化粧品の特徴成分や効果を理解している</p> <p>・各手技の目的と効果を理解し、以下に配慮しながら行う 力加減 密着度 リズム 連続性</p> <p>・技術にまとまりがあり全体を通して心地よい技術が行われていること</p> <p>・イスの高さやベッドとの距離を適正に保ち、背筋が伸びた姿勢で施術を行う</p>
⑩	15分	パック(マスク)	<p>・パック料の肌への適合性</p> <p>・パック料の適量の塗布</p> <p>・ふき取り</p> <p>※パック料は鎖骨下2～3cmぐらいまで塗布する ※あまりふき取りを必要としないピールオフタイプ、シートタイプ、石膏マスクなどは使用不可 ※部位によって塗り分ける場合は3種までとする ※透明・半透明なパックの使用は、ごく狭い範囲の部分のみとする</p>	<p>・肌分析に基づきパック料を選択し、特徴成分や作用を理解していること</p> <p>※パック料は各部位の肌質に合わせて塗り分けてもよい</p> <p>・適量をムラの無い均一な厚さに塗布し、塗り残しがないこと</p> <p>・水分量を考慮し肌を必要以上に刺激しないよう注意しながら拭き残しの無いよう取り除く</p> <p>・パック料の塗布後、目をウエットコットンなどで保護する</p>
⑪	5分	仕上げ(整肌)	<p>・化粧品の肌への適合性</p>	<p>・肌質に合った化粧品を選択し、適量を使用する</p> <p>・化粧品の特徴成分や効果を理解している</p>
接客(全体を通してのチェック)		<p>・接客マナー</p> <p>・気配り</p> <p>・安心感</p> <p>・配慮</p>	<p>・終始、好感の持たれる接客マナーでコミュニケーションを図る</p> <p>・常にモデルの立場に立って、素早い対応をする</p> <p>・謙虚で真剣な態度でのぞみ、安心感や信頼性につなげる</p> <p>・ヘアターバン、タオル等を外し、髪やタオル、ガウンなどを整える</p>	
誘導・整理整頓・後片付け		<p>・誘導</p> <p>・整理整頓・後片付け</p>	<p>・ベッドから離れる際、気配りのある誘導ができています</p> <p>・後片付けは手際よく行う</p>	
⑬	—	口頭試問②	<p>・フェイシャルについての知識(理論、技術、化粧品、禁忌事項など)</p>	<p>・適確な回答をする</p> <p>・質問への受け答えはマナーよく</p>

コンサルテーションシート〔フェイシャル〕

受験番号: \_\_\_\_\_ 実施年月日: \_\_\_\_\_ 年 月 日 (太枠 - モデル記入欄)

フリガナ			生年月日 (年齢)	年 月 日( 歳)	未婚 (子供)	既婚 (人)
お名前						
ご職業	会社員(職種: _____) サービス業 自営業 主婦 学生 その他( _____ )					
生活状態(環境)			健康状態			
生活	規則正しい 不規則		体 調	良好 普通 不調		
睡眠	平均( )時間( : ~ : )			冷え性 肩こり 胃腸 便秘 婦人科 更年期障害 神経過敏 不眠 貧血 高血圧 低血圧 その他( _____ )		
	寝つきの状態 良い 悪い					
	眠りの状態 浅い 深い					
労働時間	1日( )時間( : ~ : )		生 理	順 やや不順 不順 生理痛 妊娠( 月) 閉経		
紫外線	強い 普通 弱い					
騒音	大きい 普通 閑静		身 体 疲 労	殆んどない 軽度 重度		
運動	よくする 時々 しない スポーツの種類( _____ )			ス ト レ ス	殆んどない 普通 強い	
食生活	規則正しい 不規則		既 往 症		あり	病名 ( )歳頃
食品傾向	穀類 魚類 肉類 野菜 油分 塩分 糖分 その他( _____ )			なし	手術経験( _____ )	
	嗜好品	タバコ1日( )本 アルコール量( _____ ) コーヒー1日( )杯 香辛料( _____ )		あり	抗生物質 睡眠薬 ホルモン剤 精神安定 ステロイド その他( _____ )	
		なし		なし		
アレルギー (かぶれ)	あり	食物( ) 植物( ) 日光( ) 化粧品( ) 薬( ) アクセサリー( ) 花粉( ) 繊維( ) その他( _____ )				
アトピー	なし	( )歳ごろ~ 治療法( _____ )				
性格	快活 楽天的 積極的 消極的 神経質 その他( _____ )					
フェイシャルトリートメントの経験			なし あり( _____ )			
肌の悩み	乾燥 かさつき 透明感がない シワ たるみ 化粧ぐずれ シミ ソバカス ニキビ ニキビ痕 敏感 赤ら顔 毛細血管拡張 鼻(ブラックヘッド) キメが粗い その他( _____ )					
使用化粧品	朝				夜	

※ここより上がモデル記入欄。試験開始前に、モデルにより記入済のこと。

肌 状 態						
フェイス ※( )部位を記入						
顔 色	良い 普通 悪い		特 性			
皮膚の厚み	厚い( ) 普通 薄い( )					
水分	多い( ) 普通 少ない( )					
脂 分	多い( ) 普通 少ない( )					
ハリ・弾力	ある( ) 普通 ない( )		ネック&デコルテの特性			
シ ワ	ある( 多い 少ない 浅い 深い )					
キ メ	粗い( ) 普通 細かい( )					
敏 感 度	敏感( ) 普通					
スキントイプ	( )肌 ※肌タイプを記入					

**肌状態**



<b>総合所見</b>
<b>トリートメントの主な目的</b>

トリートメントプラン				
クレンジング	特徴成分			
ディープクレンジング	方法・タイプ および機種 ※複数選択可 ○印	<input type="checkbox"/> ハンド洗顔 <input type="checkbox"/> スクラブ(ゴマージュ) <input type="checkbox"/> 酵素 <input type="checkbox"/> ブラシクレンジング <input type="checkbox"/> エレクトロクレンジング <input type="checkbox"/> 吸引(サクション) <input type="checkbox"/> スチーマー(単独の使用は不可)		
	選択の目的・理由			
マッサージ	目的			
	粧材タイプ		特徴成分	
パック(マスク)	目的			
	粧材タイプ		特徴成分	
仕上げ	化粧水	目的		特徴成分
	乳液・クリーム	目的		特徴成分
	美容液 他	内容/目的		特徴成分
フェイシャル機器(イオン導入・パター)をトリートメントプランで使用する場合の機器の選択 ※トリートメントは行わない。口頭試問のみ。				
<input type="checkbox"/> イオン導入 <input type="checkbox"/> パター ※いずれかに○印		選択の目的・理由		

ホームケア アドバイス		
	朝	夜
スキンケア		
食生活		
生活面		

## 技術力確認試験 タイムスケジュール(例)

## ■ボディとフェイシャルを連続して行う場合

※ ( ) 内は試験時間に含まれない

◇ボディ [ 5 5 分]			
9:30 ~	9:35	事前準備チェック 受験生の身だしなみチェック	5 分
9:35 ~	9:45	コンサルテーション	10 分
9:45 ~	10:00	モデルへの準備～ マッサージ<手技>① 背面～拭き取り	15 分
10:00 ~	10:20	マッサージ<手技>② 前面～拭き取り	20 分
10:20 ~	10:25	後片付け	5 分
休憩(フェイシャル準備)			
◇フェイシャル [ 8 5 分]			
(10:40 ~		(※モデルのメイクチェック)	(10 分)
10:50 ~	10:55	事前準備チェック 受験生の身だしなみチェック	5 分
10:55 ~	11:00	モデルへの準備	5 分
11:00 ~	11:10	クレンジング	10 分
11:10 ~	11:25	コンサルテーション	15 分
11:25 ~	11:30	口頭試問①	5 分
11:30 ~	11:40	ディーパークレンジング	10 分
11:40 ~	11:55	マッサージ	15 分
11:55 ~	12:10	パック(マスク)	15 分
12:10 ~	12:15	仕上げ(整肌) 誘導・整理整頓・後片付け	5 分

