



美容のプロが伝授する

正しい肌カウンセリングと対策 オンラインセミナー

肌悩みの裏側に潜む「黒幕」とは？

所要時間：10:00～12:00

担当インストラクター：岩谷・高木



セミナーについて

1. マイク・ビデオはオフの状態でご参加ください
2. 本日の内容に関するご質問は【Q&A】にご入力ください
3. セミナー中に表示される資料はスクリーンショット可能です
4. サロンで活用できるカウンセリングシートを配布いたしますのでご活用ください
5. セミナー終了後にアンケートがございますのでご協力くださいませ

“カウンセリング”って…？

相談

助言



カウンセリング



◆お客様の話を「聴く」

◆お客様のことを「知る」

◆お客様の緊張を「緩める」

お客様を理解し
コミュニケーションをとって
自分のファンを作しましょう！

3つのカウンセリング

プレカウンセリング



インカウンセリング



アフターカウンセリング



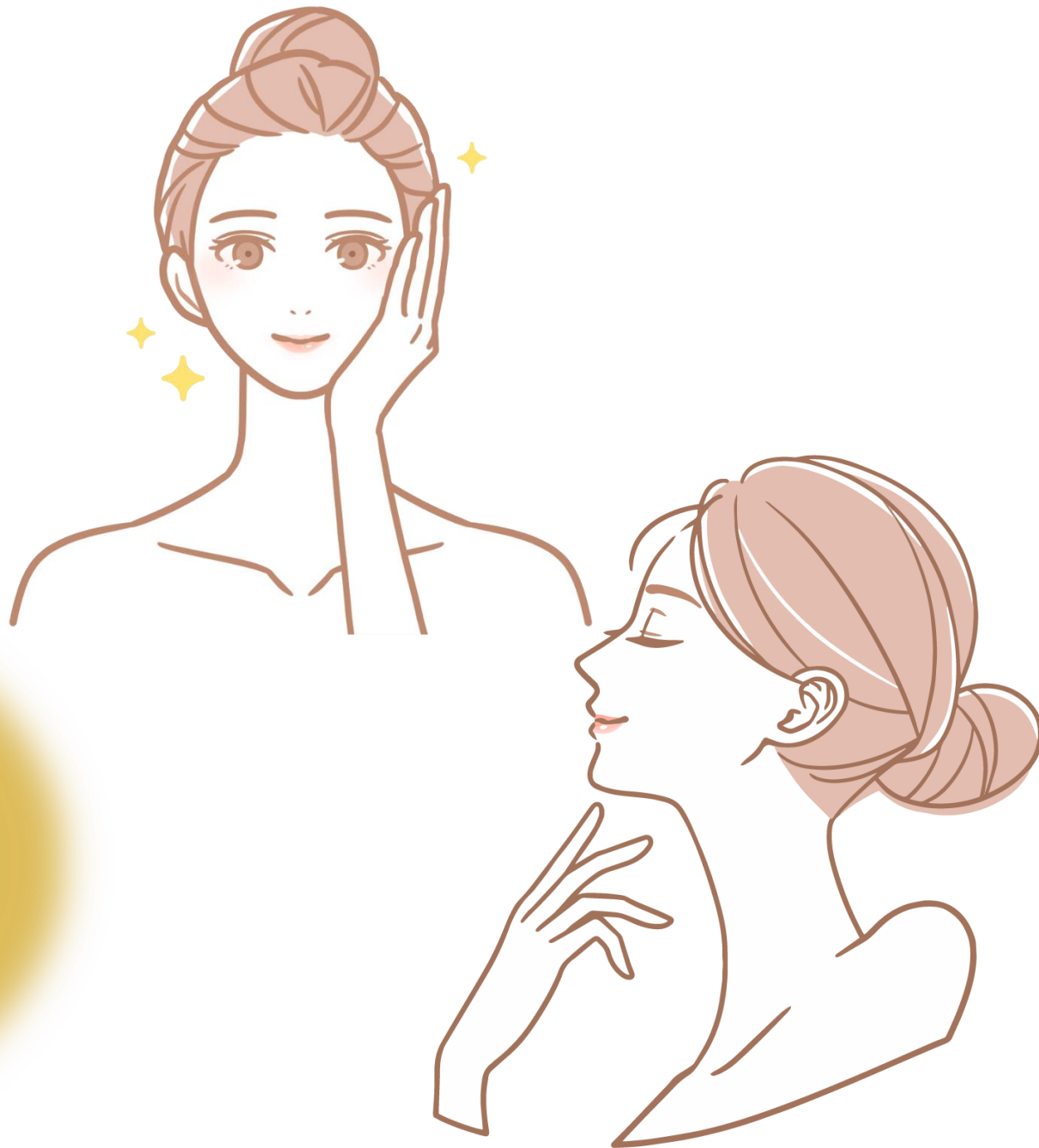
- どんなお悩みがありますか？
- いつから悩んでいらっしゃったんですか？
- 普段のスキンケアは何を使われていますか？
- 普段の生活習慣はどうですか？

見落としがちな3つのポイント！！

体温

睡眠

排泄



脳や内臓などの体の中心
「深部体温」

約37℃

わき・鼠径部

約36℃

皮膚温は深部体温の
影響を受けやすい！

体の中心から離れた末端

「皮膚温」

約30℃～32℃

手先・足先

20℃以下

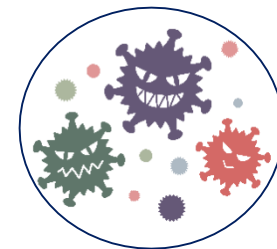
35℃台は
『低体温』

13%down



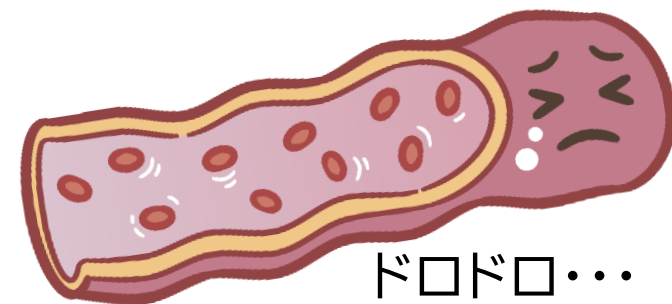
30%down

ガン細胞活性



内臓の冷えが
肌の冷えを
作っている！

=



ドロドロ…
冷たい…

ドロドロ血液では
美肌は作られません！

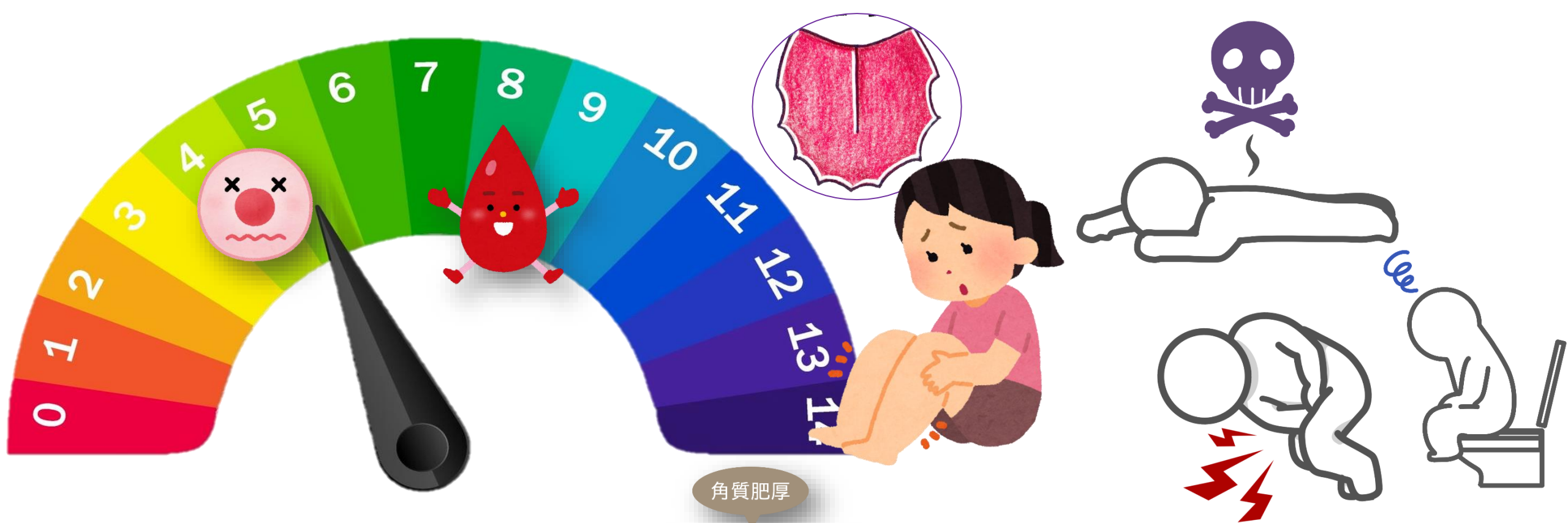


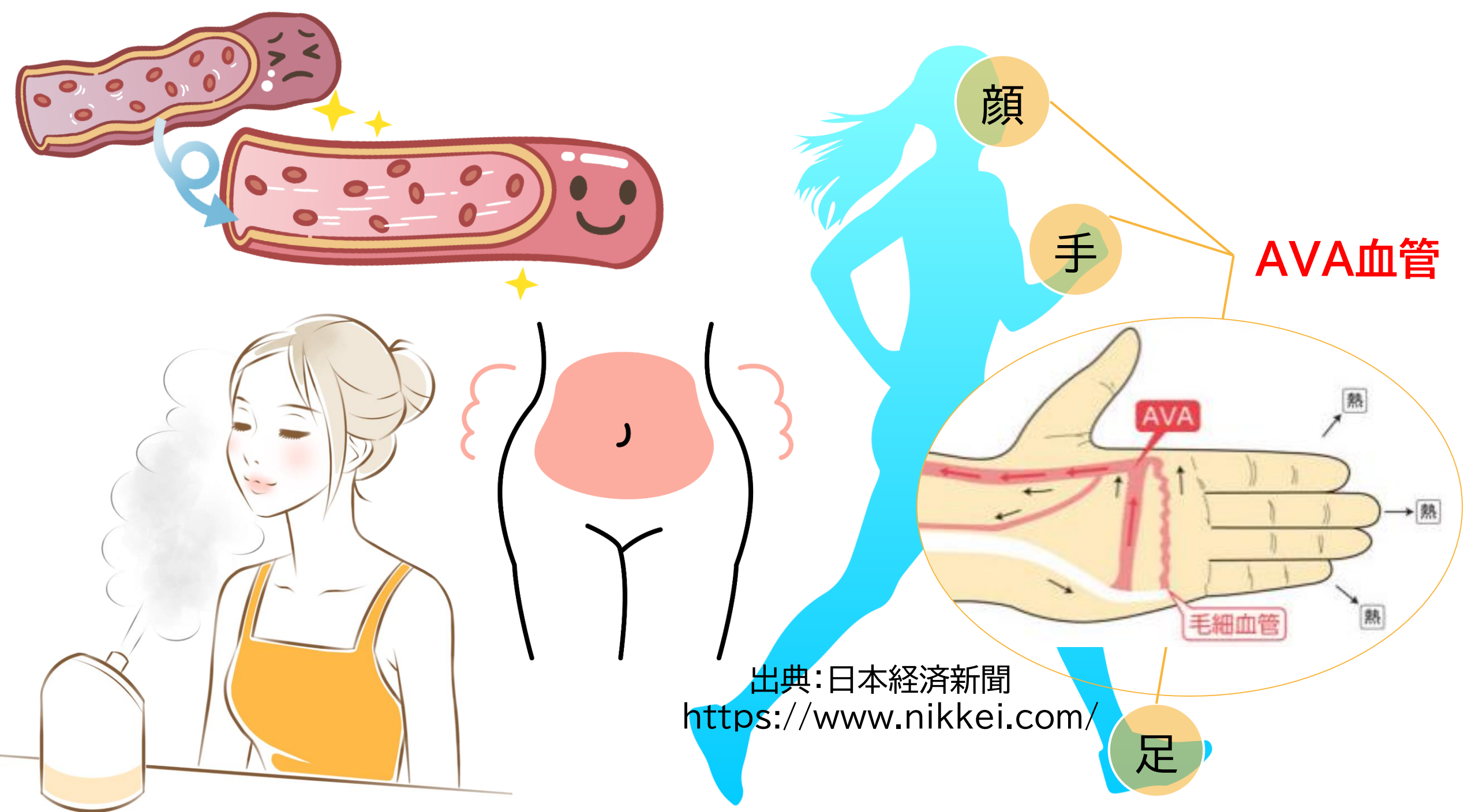


お肌に必要な
栄養が行き渡らない...









基礎代謝アップセット

MÁJOR 薬用スキンクリア



日本初医薬部外品の ピールオフ炭酸パック

炭酸ガスが血中に到達することで、肌深部の血流が良くなり肌代謝を促進します。細胞活性・デトックス・小顔&リフティング効果など様々な効果を期待できます。

Srotas デリシェイク



アミノ酸スコア100 完全食品

お肌を作るために必要な栄養素ビタミン・ミネラル・タンパク質がバランスよく摂取することができます。美肌に嬉しい水素も配合されておりお肌を酸化から守ります。

MÁJOR セルナーージュコンク



血流を促し 深部体温の上昇をサポート

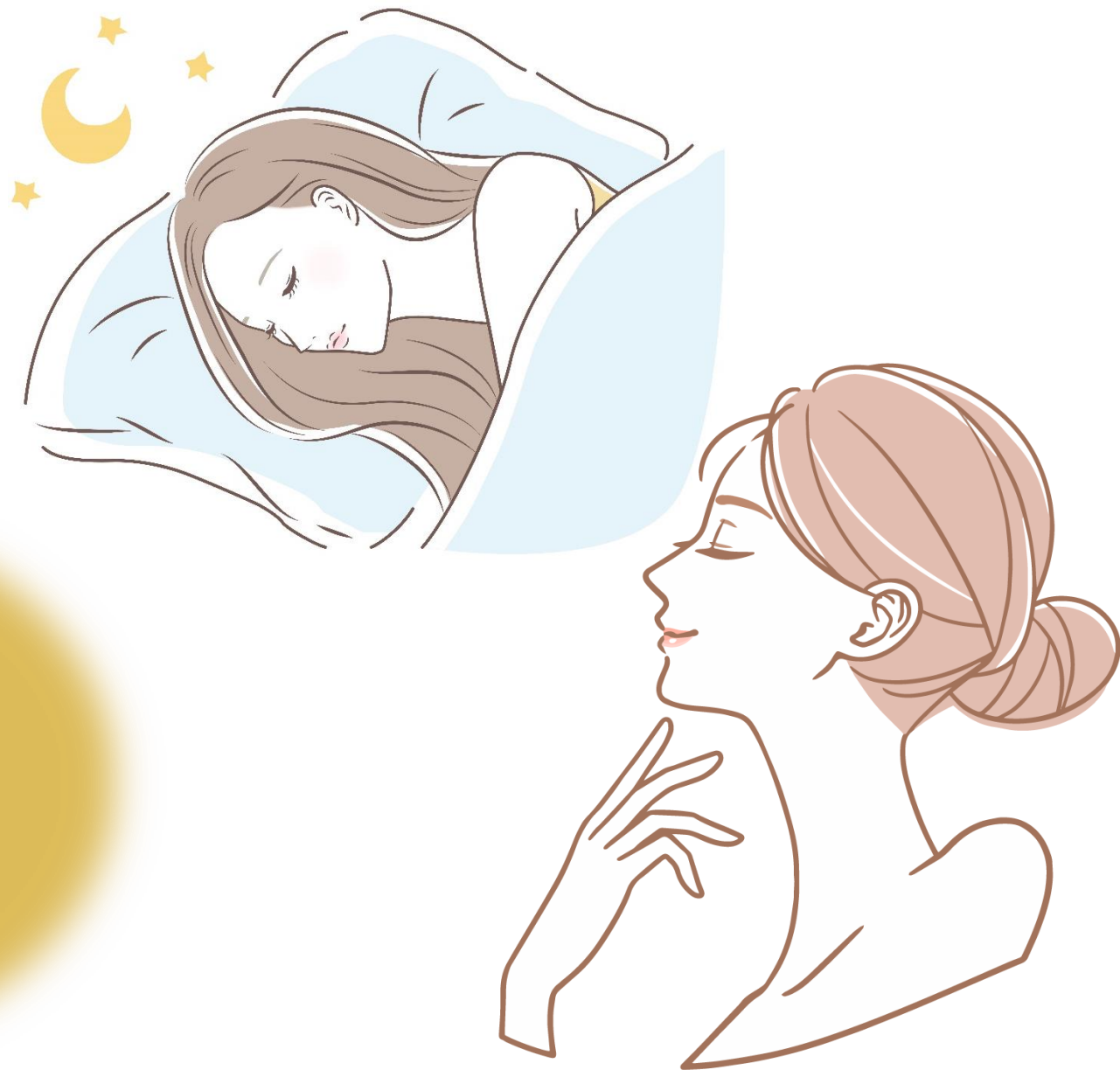
2種類のショウガを使用することで、温まりの即効性と持続力を可能にしました。葛の花エキ스가褐色脂肪細胞を活性化し代謝を高めることで深部体温を高めます。

見落としがちな3つのポイント！！

体温

睡眠

排泄





成長ホルモン

骨の成長・発達
筋肉量UP

メラトニン



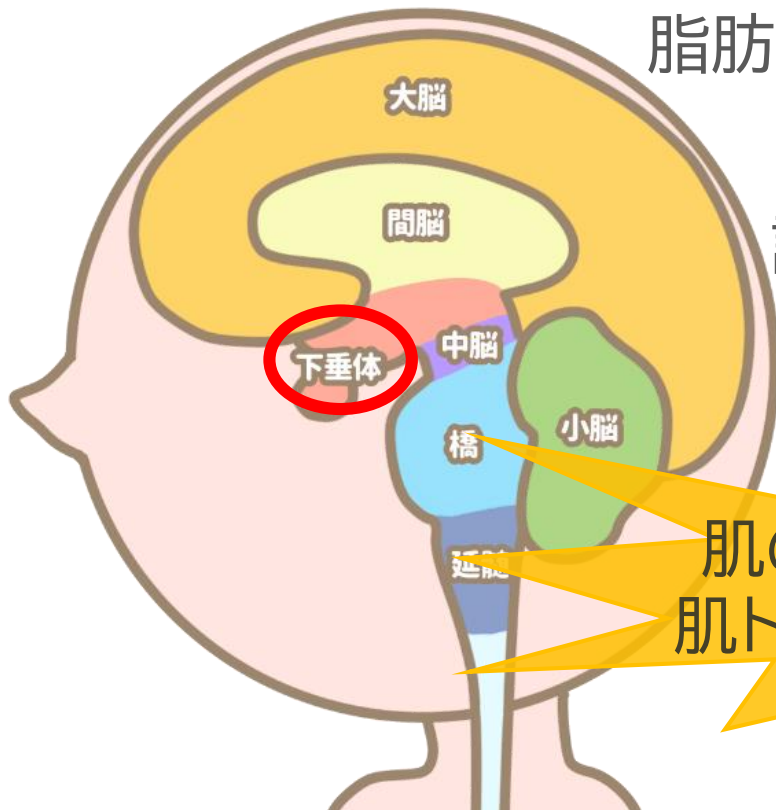
脂肪の分解

免疫機能の促進

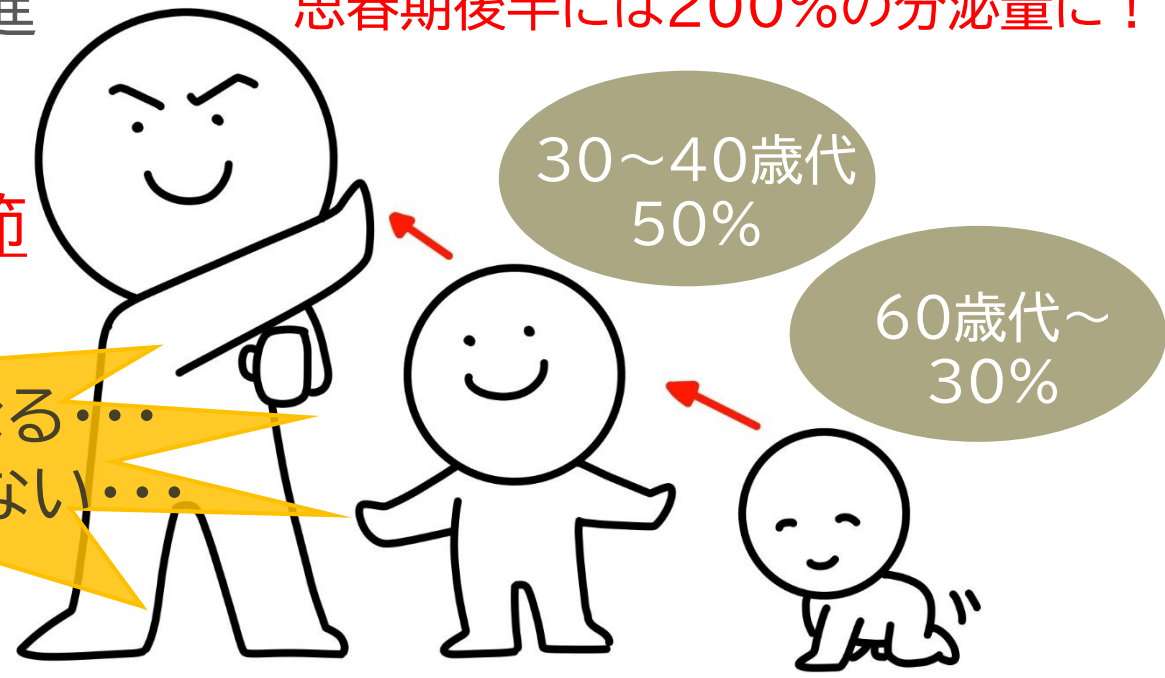
認知脳に関与

代謝機能の調節

15歳～18歳頃にピークを迎え
思春期前を100%とすると
思春期後半には200%の分泌量に！



肌の修復ができなくなる...
肌トラブルが改善されない...



睡眠の深さ↓

レム睡眠

ノンレム睡眠

メラトニン

成長ホルモン

- 夢をよく見る
- 寝ても疲れが取れない
- 寝付くまでに時間がかかる
- 朝早くに目が覚める

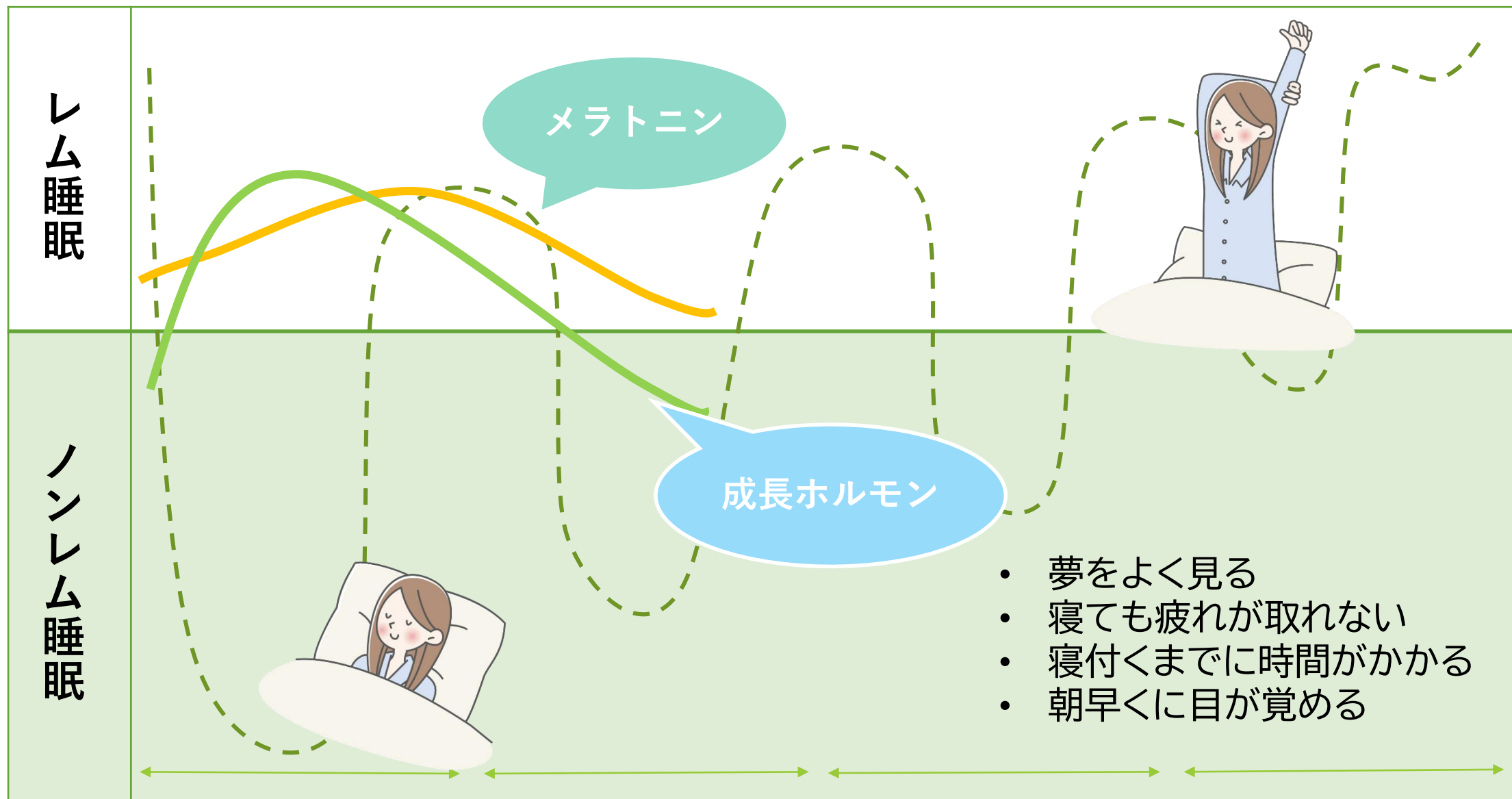
90分

180分

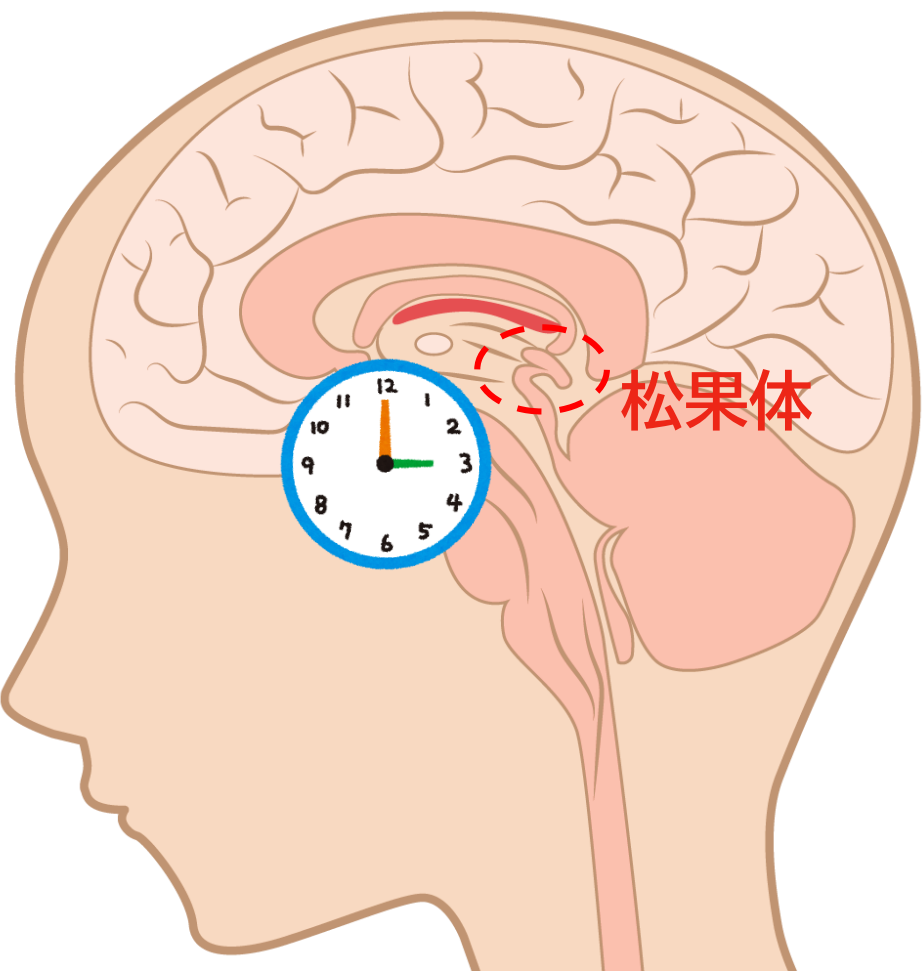
270分

360分

7時間

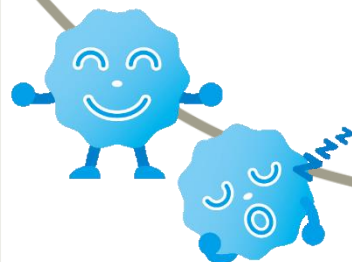
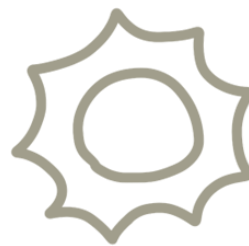


- ◆ 抗酸化作用
- ◆ 新陳代謝の促進
- ◆ 傷の修復 etc...



メラトニン分泌量

朝起きてから
14時間～16時間後に
メラトニンの分泌start



- 睡眠の質向上
- 成長ホルモンの分泌を促す

8

12

16

20

24

4

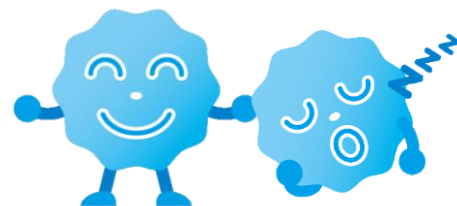
必須アミノ酸
トリプトファン



神経伝達物質
セロトニン



体内時計ホルモン
メラトニン



自律神経

交感神経

副交感神経

収縮



拡張

血管

上昇



下降

血压

速い



ゆっくり

心拍

緊張



弛緩

筋肉

ぜん動抑制



ぜん動促進

腸

増える



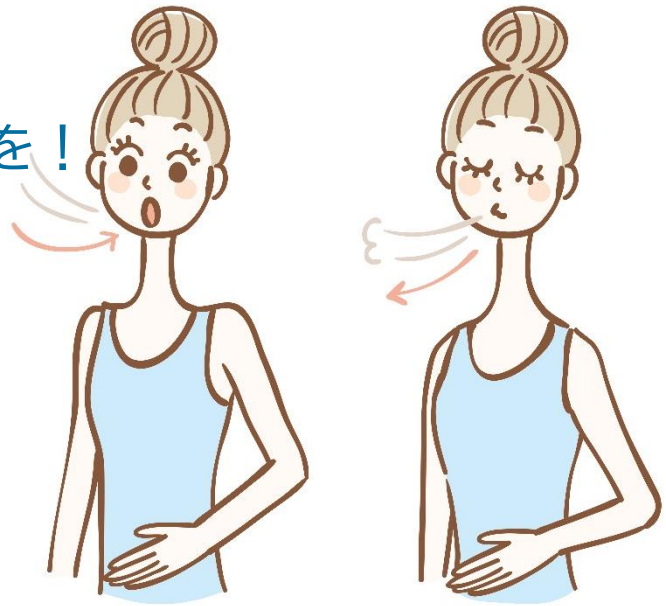
減る

発汗

ストレス



深呼吸で
自律神経の切替を！



光の影響でも
交感神経が優位に...

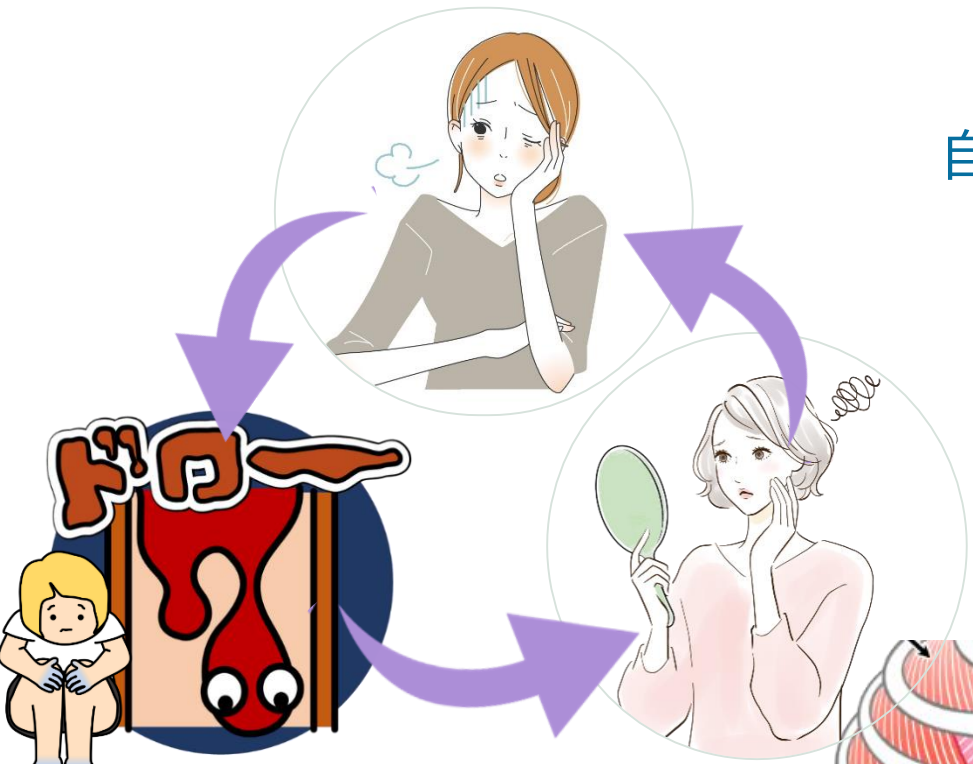
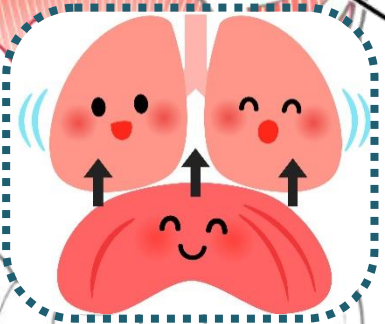
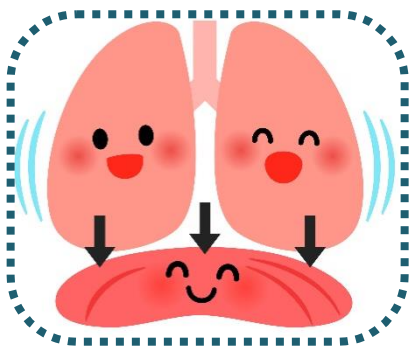
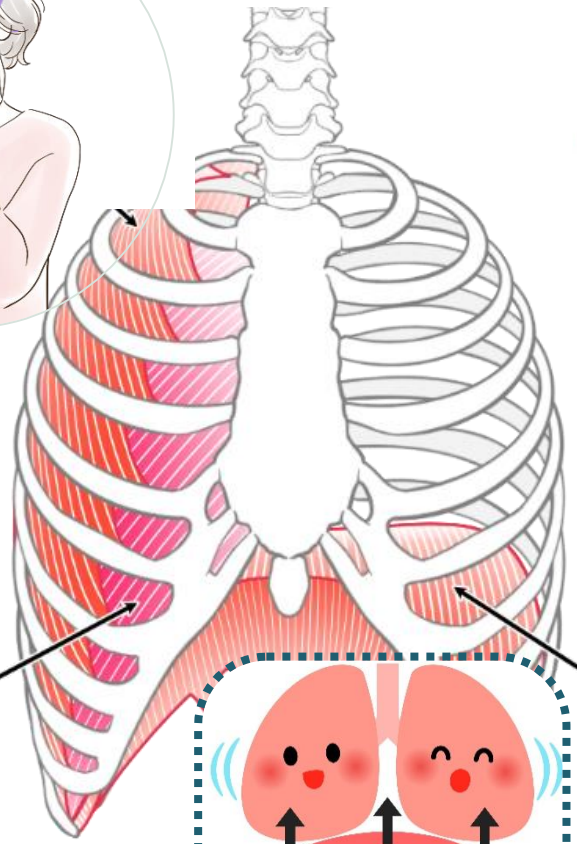


体温が下がると
副交感神経に切替わる！



内肋間筋

横隔膜



睡眠セット

MÁJOR リラジュレ



質の良い睡眠をサポート

黄金シジミエキスに含まれるオルニチンやアルギニンなどの豊富なアミノ酸によってメラトニンの生成を促します。GABAがストレスを軽減しスムーズな入眠に導きます。

Srotas ヘッディマルマローション



“コルチゾール”を抑え ストレスケア

ローズの香りにはストレスホルモン“コルチゾール”を減少させる効果があるとされています。ストレスが軽減され自律神経が整うことで、睡眠の質が向上します。

MÁJOR アクアクレンジングジェル



肌育美容法® 肌を作るクレンジング

睡眠の質が改善されることで肌の土台“キメ”が作られます。毎日使用するクレンジング選びを見直し、クレンジングから肌を作る必要があります。