

講義シラバス

科目名	ダイエットプログラム	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	演習	総時間数	15 時間
学科	トータルビューティ科	コース				学年	1年生		
講師名	石綿 仁美	講師 プロフィール	柔道整復師・調理師の国家資格を持ち、加圧スペシャリストとして身体についての正しい知識をもってインナービューティ(食事)とアウトナービューティ(運動)を軸に自身のダイエット経験を活かした健康美をお伝えしています。エステティシャンとしてスタートした美容歴は20年以上となり、現在は自宅・出張サロンと整骨院勤務もしています。						

【授業を通じての到達目標】

ダイエットについての基礎的な知識を高める。
美しくあるための食事、エクササイズ、習慣を理解し実践できるようになる。

【学習内容】

痩せること、体重を減らすことだけでなく、より美しくなるための心と身体の保ち方について学びます。

【使用教科書・教材・参考図書】

ipad・タオル・ストレッチポール など
参考図書:解剖学アトラス 他

【授業時間外における学習・宿題・課題など】

学んだことを実践できるとなおいでしよう

日時	授業計画	日時	授業計画
① (5/13)	【到達目標】 ダイエットとは何か、本当の意味と必要性を理解することができる。 現在の自分と向き合い、自分自身を見つけることができる。	⑨ (7/15)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編④】 健康美に直結する美腸活について理解することができる。
② (5/20)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編①】 健康美に直結する食事の大切さを理解できるようになる。	⑩ (7/22)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編⑤】 美メンタルと睡眠によるインナービューティの関係を理解できるようになる。
③ (5/27)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編②】 健康美を維持するために何をどう食べるのか理解できるようになる。	⑪ (8/26)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編②】 美しくなるために自分の食事バランスを見直すことができるようになる。
④ (6/3)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編③】 健康美を維持するために食欲のメカニズムと向き合う方法を理解できるようになる。	⑫ (9/2)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 身体編⑤】 美しい姿勢を保つために必要なことを理解できるようになる。
⑤ (6/10)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 身体編①】 美しいポディーラインを手に入れるエクササイズについて理解できるようになる。	⑬ (9/9)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 身体編⑥】 美しい姿勢を保つためのセルフケアができるようになる。
⑥ (6/24)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 身体編②】 セルフポディーメイクエクササイズができるようになる(脚)	⑭ (9/16)	【到達目標】 【定期試験用レポート作成】学んだ内容、取り組んだこと、実践したこと、変化の現れれことをもとに自分自身をより美しくするためのレポートをまとめる。
⑦ (7/1)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 身体編③】 セルフポディーメイクエクササイズができるようになる。(お顔)	⑮ (9/30)	【定期試験】60 ipadにて選択試験・レポート提出
⑧ (7/8)	【到達目標】 【自分磨きははじめの一步 食事編④】 より美しくなるためにビタミンやミネラルの大切さについて理解できるようになる。	【成績評価の方法と基準】 ●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90~100点)/B評価(80~89点)/C評価(70~79点)/D評価(60~69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0~59点・不合格) ●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。	

【履修に当たっての心構え・留意点】

実技の際は運動しやすい服装で参加してください。

講義シラバス

科目名	ダーマトロジー	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	演習	総時間数	30 時間
学科	トータルビューティ科	コース				学年	1年生		
講師名	石綿 仁美	講師 プロフィール	柔道整復師・調理師の国家資格を持ち、加圧スペシャルインストラクターとして身体についての正しい知識をもってインナービューティ(食事)とアウタービューティ(運動)を軸に自身のダイエット経験を活かした健康美をお伝えしています。エステティシャンとしてスタートした美容歴は20年以上となり、現在は自宅・出張サロンと整骨院勤務もしています。						
【授業を通じての到達目標】									
美肌検定合格を目指す。皮膚の構造と働きを理解し説明できるようになる。									
【学習内容】									
美肌検定テキストの学習と問題演習をします。テキスト内で大切な箇所はより深く学習します。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習・宿題・課題など】				
美肌検定の教科書					肌の構造は何も見なくても書けるレベルになるよう繰り返し復習すること				
日時	授業計画				日時	授業計画			
	【到達目標】					【到達目標】			
① (5/12)	Chapter 1【美肌とは?】 内容を理解し問題を解けるようになる。				⑨ (7/14)	Chapter 6【日々のお手入れに欠かせない化粧品のこと】① 化粧品の基本について理解し問題を解けるようになる。			
② (5/19)	Chapter 2【正しい美肌ケアの基本の「キ」】 内容を理解し問題を解けるようになる。				⑩ (7/21)	Chapter 6【日々のお手入れに欠かせない化粧品のこと】② 化粧品の選び方、スキンケアの原料と役割について理解し問題を解けるようになる。			
③ (5/26)	Chapter 3【皮膚のしくみと働きを知ろう】① 皮膚の構造について理解し問題を解けるようになる。				⑪ (8/25)	Chapter 6【日々のお手入れに欠かせない化粧品のこと】③ 自分に合う化粧品を知り、化粧品に関する法律について理解し問題を解けるようになる。			
④ (6/2)	Chapter 3【皮膚のしくみと働きを知ろう】② 肌タイプと皮膚の機能について理解し問題を解けるようになる。				⑫ (9/1)	Chapter 7【肌を巡らせるフェイシャルマッサージ】 セルフフェイシャルマッサージについて理解し問題を解けるようになる。			
⑤ (6/9)	Chapter 3【皮膚のしくみと働きを知ろう】③ 年代別のお手入れ方法を理解し問題を解けるようになる。				⑬ (9/8)	Chapter 8【ボディのセルフケア】 保湿方法、セルフボディマッサージ、ハンドマッサージについて理解し問題を解けるようになる。			
⑥ (6/23)	Chapter 4【美肌とかかわりの深い4大ホルモン】 内容を理解し問題を解けるようになる。				⑭ (9/16)	美肌検定試験例題を解けるようになる。肌の構造を自分で描き、説明できるようになる。			
⑦ (6/30)	Chapter 5【美肌を邪魔する4つの大敵】① 体調不良や紫外線について理解し問題を解けるようになる。				⑮ (9/30)	ipadにて選択問題と肌の構造について筆記試験。			
⑧ (7/7)	Chapter 5【美肌を邪魔する4つの大敵】② 女性ホルモンや温度湿度が肌に及ぼすことについて理解し問題を解けるようになる。				【成績評価の方法と基準】				
【履修に当たっての心構え・留意点】					●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90~100点)/B評価(80~89点)/C評価(70~79点)/D評価(60~69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0~59点・不合格)				
日々実践					●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。				

講義シラバス

科目名	エステテクニック	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	演習	総時間数	30 時間
学科	トータルビューティ科	コース				学年	1年生		
講師名	山下 優	講師 プロフィール	札幌ベルエポック美容専門学校エステライセンスコース卒業。CIDESCOインターナショナルエステティシャン。海外からのお客様も多いホテルエステサロンで勤務し、エステ・ネイル・メイクと幅広く担当。現在、体質・肌質改善などメインとしたエステサロンにて勤務。施術・新人育成に携わっている。						

【授業を通じての到達目標】

自分自身の身体の仕組みについて理解する。改善・効果を感じる技術を習得する。

【学習内容】

施術・体感どちらも体験し、エステを楽しみながら効果のある技術を習得する。

【使用教科書・教材・参考図書】

【授業時間外における学習・宿題・課題など】

日時	授業計画	日時	授業計画
① 1組 (5/11) 2組 (5/12)	【到達目標】 【オリエンテーション】 自己紹介 シラバス・スケジュールの確認、スムーズに授業が出来るようになる。 身だしなみ、ワゴン・ベッドセッティングが出来るようになる。	⑨ 1組 (7/13) 2組 (7/14)	【到達目標】 【夏本番！魅せる美ボディを手に入れる～美脚仕上げ～】 美脚マッサージ(上肢)～美肌パックまで通して出来るようになる。
② 1組 (5/18) 2組 (5/19)	【到達目標】 【マッサージの基本手法】 マッサージの基本となる手法について学び、マッサージが出来るようになる。 ★小テスト①	⑩ 1組 (7/20) 2組 (7/21)	【到達目標】 【夏本番！魅せる美ボディを手に入れる～素足ケア～】 乾燥・角質など素足の悩みを解決するセルフフットケアが出来るようになる。 ★小テスト⑤
③ 1組 (5/26) 2組 (5/28)	【到達目標】 【夏に向けて魅せる美ボディを手に入れる～セルフマッサージ～】 リンパの仕組みについて理解する。 リンパの流れに沿ったセルフ美脚マッサージが出来るようになる。	⑪ 1組 (8/24) 2組 (8/25)	【到達目標】 【秋冬に負けない美肌を手に入れる～セルフマッサージ～】 肌の仕組み、表情筋について理解する。 セルフ美顔マッサージが出来るようになる。
④ 1組 (6/1) 2組 (6/2)	【到達目標】 【夏に向けて魅せる美ボディを手に入れる～むくみ撃退～】 むくみの原因について理解する。 むくみの改善に効果のあるマッサージ(下肢後面)が出来るようになる。 ★小テスト②	⑫ 1組 (8/31) 2組 (9/1)	【到達目標】 【秋冬に負けない美肌を手に入れる～光老化対策～】 紫外線について理解する。 美肌効果のあるマッサージ(フェイシャル)が出来るようになる。 ★小テスト⑥
⑤ 1組 (6/8) 2組 (6/9)	【到達目標】 【夏に向けて魅せる美ボディを手に入れる～肌質改善～】 肌の仕組みについて理解する。 肌質改善に効果のあるスクラブ(下肢前面)が出来るようになる。	⑬ 1組 (9/7) 2組 (9/8)	【到達目標】 【秋冬に負けない美肌を手に入れる～美肌仕上げ～】 美肌マッサージ(フェイシャル)～美肌パックまで通して出来るようになる。
⑥ 1組 (6/22) 2組 (6/23)	【到達目標】 【夏に向けて魅せる美ボディを手に入れる～美脚仕上げ～】 美脚マッサージ(下肢後面・前面)～美肌パックまで通して出来るようになる。 ★小テスト③	⑭ 1組 (9/14) 2組 (9/15)	【到達目標】 【美ボディ・美肌の総仕上げ】 定期試験前のマッサージ総復習。 苦手克服出来るようになる。 ★小テスト⑦ 【定期試験】
⑦ 1組 (6/29) 2組 (6/30)	【到達目標】 【夏本番！魅せる美ボディを手に入れる～ぼっそり二の腕～】 リンパの流れに沿ったセルフハンドマッサージが出来るようになる。	⑮ 1組 (9/28) 2組 (9/29)	【筆記試験 30点】 【実技試験 30点】
⑧ 1組 (7/6) 2組 (7/7)	【到達目標】 【夏本番！魅せる美ボディを手に入れる～肌質改善～】 肌の仕組みについて理解する。 肌質改善に効果のあるスクラブ(上肢)が出来るようになる。 ★小テスト④	【成績評価の方法と基準】 ●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90～100点)/B評価(80～89点)/C評価(70～79点)/D評価(60～69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0～59点・不合格) ●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。	
忘れ物をしない。 遅刻、欠席は最小限にする。 積極的に授業に取り組む。			

講義シラバス

科目名	ヘアアレンジ	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	演習	総時間数	30 時間
学科	トータルビューティ科	コース	ビューティメイク専攻			学年	1年生		
講師名	宍戸	講師 プロフィール	メイクアップアトリエはCMや広告、テレビ等の撮影現場や、ファッションショー、舞台、ドラマ、ブライダル等のモデルやタレント、アナウンサーや一般の人々のヘアメイクを始め、美容専門学校の講師、更に世界4大コレクションであるNYコレクションのJAPANチームとして参加する等、海外まで活動の場を広げているアーティストが14名所属するヘアメイク事務所です。						

【授業を通じての到達目標】

ヘアアレンジに必要な道具の扱い方、基礎を学び、簡単なアレンジを習得し、様々なシチュエーションで活かす事ができるようになる。

【学習内容】

ヘアアレンジの基礎を身に付け、簡単なヘアアレンジを習得する。

【使用教科書・教材・参考図書】

ヘア道具/アイロン、コーム、ピン類、ゴム、

【授業時間外における学習・宿題・課題など】

日時	授業計画	日時	授業計画
① (5/12)	【到達目標】 授業の意味を理解してもらう 小テスト 2点 授業内容の説明 科目の必要性、ルール、デモンストレーション	⑨ (7/14)	【到達目標】 小テスト3点 巻き込み(表巻き)の方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。
② (5/19)	【到達目標】 小テスト2点 ピン打ちの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。	⑩ (7/21)	【到達目標】 小テスト3点 巻き込み(裏巻き)の方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。
③ (5/26)	【到達目標】 小テスト3点 ピン打ち復習 一本結びの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。	⑪ (8/25)	【到達目標】 小テスト3点 フィッシュボーンの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。
④ (6/2)	【到達目標】 小テスト3点 一本結びをし、相モデルでゴム感が出来るようになる。	⑫ (9/1)	【到達目標】 小テスト3点 ツイスト巻みの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。
⑤ (6/9)	【到達目標】 小テスト3点 内巻き・外巻きの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。	⑬ (9/8)	【到達目標】 小テスト3点 表巻き、裏巻き、フィッシュボーン、ツイスト巻みの中から1つ選びスタイルを相モデルで仕上げる事ができる。
⑥ (6/23)	【到達目標】 小テスト3点 内巻き・外巻きをし、簡単なヘアアレンジを相モデルで仕上げる事ができる。	⑭ (9/15)	【到達目標】 小テスト3点 テスト前練習 相モデルで各自がイメージしたスタイルを練習する事ができる。
⑦ (6/30)	【到達目標】 小テスト3点 波ウェーブの方法を学び、相モデルで仕上げる事ができる。	⑮ (9/29)	【定期試験】60 作品提出 イメージしたヘアスタイルを相モデルで仕上げる事ができる。
⑧ (7/7)	【到達目標】 小テスト3点 波ウェーブをし、簡単なヘアアレンジを相モデルで仕上げる事ができる。	【成績評価の方法と基準】 ●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90~100点)/B評価(80~89点)/C評価(70~79点)/D評価(60~69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0~59点・不合格) ●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。	

【履修に当たっての心構え・留意点】

講義シラバス

科目名	コミュニケーション	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	講義	総時間数	30 時間
学科	トータルビューティ科			コース		学年	1年生		
講師名	大野真奈		講師 プロフィール	20歳の時にサービス接客検定準1級を取得し、実技で協会優秀賞を受賞。その後、取得をした1級でも協会優秀賞を受賞しております。接客業を経験した後、司会に転職。現在は、イベント、式典、結婚式などで司会をする他、ラジオパーソナリティーとしても活動中。札幌ベルエポックでは8年前から授業を担当しております。					
【授業を通じての到達目標】									
慈慶教育科学研究所監修のコミュニケーションスキルアップ検定受験を通して、社会常識や基本的なマナーを身につける。									
【学習内容】									
コミュニケーションスキルアップ検定、ビジネスマナー									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習・宿題・課題など】				
コミュニケーションスキルアップ(監修:慈慶教育科学研究所)					長期休暇時に過去問題に取り組んでいただきます。				
日時	授業計画				日時	授業計画			
① (5/13)	【到達目標】 コミュニケーションスキルアップ検定を理解し、検定取得に向けて授業への取り組み方を理解できるようになる。(P2~P11)				⑨ (7/15)	【到達目標】 社会人として必要不可欠な敬語の基礎を理解できるようになる。(P97~99)			
② (5/20)	【到達目標】 基本的な会話スキルから、1対1の会話の基礎を理解できるようになる。(P14~33)				⑩ (7/22)	【到達目標】 電話応対と携帯電話での連絡方法を学び、実践できるようになる。(P100~104)			
③ (5/27)	【到達目標】 基本的な会話スキルから、グループでの会話の基礎を理解できるようになる。(P34~40) グループで実践することにより、会話の基礎を身につける。				⑪ (8/26)	【到達目標】 来客時、訪問時における心得とマナーを学び、ビジネスシーンに必要なマナーを習得する。(P108~115)			
④ (6/3)	【到達目標】 <オンライン授業>自己表現スキルから、人間関係を円滑にするための表現技術を身につける。(P42~55)				⑫ (9/2)	【到達目標】 文書作成、手紙、メール、SNS、FAXの基本的なマナーを理解できるようになる。(P116~124)			
⑤ (6/10)	【到達目標】 仕事上で必要とされる表現技術を身につけ、プレゼンテーションの基礎を理解できるようになる。(P56~79)				⑬ (9/9)	【到達目標】 感動を与えるサービスマインドについて考え、それぞれのシーンにあった接客方法を考えられるようになる。(P126~157)			
⑥ (6/24)	【到達目標】 プレゼンテーションの基礎を理解し、実践できるようになる。				⑭ (9/16)	【到達目標】 コミュニケーションスキルアップ検定取得に向けて、過去問題に取り組み、様々なビジネスシーンを理解できるようになる。			
⑦ (7/1)	【到達目標】 アンガーマネジメントを知り、トラブルの元となる怒りの感情を理解できるようになる。(P80~92)				⑮ (9/30)	【定期試験】 検定試験の実施。			
⑧ (7/8)	【到達目標】 <授業配膳> 基本的な社会的スキルを学び、遅刻・早退・欠勤の仕方や挨拶ができるようになる。(P94~96)				【成績評価の方法と基準】				
					●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90~100点)/B評価(80~89点)/C評価(70~79点)/D評価(60~69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0~59点・不合格) ●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。				
【履修に当たっての心構え・留意点】									
敬語、姿勢、美しい振る舞いを意識すること。欠席時のプリントは、クラスメイトから見せてもらうこと。									

講義シラバス

科目名	コスメエチュード	必修 選択の別	必修	開講 区分	1S	授業 形態	講義	総時間数	30 時間
学科	トータルビューティ科	コース				学年	1年生		
講師名	新井 梨沙	講師 プロフィール	自身のトータルビューティサロンを経営しながらコスメ・メイク・ネイルの専門家として美容専門学校・企業セミナー・職業訓練等、美容教育に携わる。資格と経験を生かし技術・接客・経営・ライフワークに至るまで全てに特化したトータルビューティの授業を担当しています。						
【授業を通じての到達目標】									
色々なコスメを学び自分自身を美しく整えることができ、自身を美容を通してプロデュースできるようになる									
【学習内容】									
なりたい自分、理想とする自分を具体的に考え、美容を通して自分自身を整え美しくなることを学び、適切なコスメを知り使い方、自分への取り入れ方を学ぶ 化粧品検定3級対策授業									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習・宿題・課題など】				
ズーム機能(ケータイもしくはipad)、化粧品教材一式、鏡					コスメ・メイク・メイクデッサン画像、コスメレビューなどの提出				
日時	授業計画				日時	授業計画			
① (5/13)	【到達目標】セルフプロデュース目標設定・シート作成 オリエンテーション セルフプロデュース目標設定				⑨ (7/15)	【到達目標】自分に似合う色を知ることができるようになる メイクアップ③ 自分に似合う色・簡単パーソナルカラー診断			
② (5/20)	【到達目標】印象分析により自分の顔の作りを理解することができるようになる 印象分析 自分の顔を知ろう				⑩ (7/22)	【到達目標】色々なコスメを学び様々な使い方を知る メイクアップ④ アイシャドウ・アイライナー			
③ (5/27)	肌特徴を学び様々なコスメを知る 基礎化粧品① クレンジング・洗顔				⑪ (8/26)	【到達目標】色々なコスメを学び様々な使い方を知る メイクアップ⑤ ビューラー・マスカラ・つけまつ毛			
④ (6/3)	【到達目標】肌特徴を学び様々なコスメを知る 基礎化粧品② 化粧水・乳液				⑫ (9/2)	【到達目標】色々なコスメを学び様々な使い方を知る メイクアップ⑥ アイブロウ			
⑤ (6/10)	【到達目標】肌特徴を学び様々なコスメを知る 基礎化粧品③ 日焼け止め・スペシャルケア				⑬ (9/9)	【到達目標】色々なコスメを学び様々な使い方を知る メイクアップ⑦ チーク			
⑥ (6/24)	【到達目標】肌特徴を学び様々なお手入れのテクニックを知る 基礎化粧品④ 基礎化粧品を使った実際のお手入れ・ツボ押し				⑭ (9/18)	【到達目標】色々なコスメを学び様々な使い方を知る メイクアップ⑧ リップ・グロス			
⑦ (7/1)	【到達目標】メイクの基本理論を学び色々なコスメを知る メイクアップ① メイクアップの基本理論				⑮ (9/30)	【定期試験】60 前期定期テスト セルフメイク フルメイク			
⑧ (7/8)	【到達目標】下地・ファンデーションの種類を知り選択できるようになる メイクアップ② 下地・ファンデーション 配信授業				【成績評価の方法と基準】 ●小テスト40点/定期試験60点 ●評価 A評価(90～100点)/B評価(80～89点)/C評価(70～79点)/D評価(60～69点) E評価(出席不良・評価資格喪失)/F評価(0～59点・不合格) ●評価方法 評価基準に関しては別紙「授業評価表」に則り、点数化し評価する。				
【履修に当たっての心構え・留意点】									
忘れ物をしない・授業への取り組み態度等も評価対象									