

## 2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	鍼灸美容学科		科 目 区 分	その他	授業の方法	講義
科 目 名	セルフプロデュース		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時間	前期	教室名	講義室
担 当 教 員	北田覚、桑原知子、 生島千賀、赤田尚子	実務経験と その関連資格				
《授業科目における学習内容》						
美容鍼灸師として自分を魅せる能力が求められます。 知識のつけ方、他者からの見られ方、手のケア、セルフメイクをとおして自分を魅せるセルフプロデュース能力を高めます。						
《成績評価の方法と基準》						
授業における課題にて						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
参考図書 ;メイクセラピー検定3級対策 一般社団法人メイクセラピストジャパン メイクセラピー検定事務局 発行 個人で使用している化粧品(ファンデーション、アイカラー、アイライナー、マスカラ、チーク、リップ等)、メイク落とし・スキンケア用品、置き鏡(顔全体が映るもの)、ネイル実技教材						
《授業外における学習方法》						
<ul style="list-style-type: none"> <li>・学んだメイクを日々実践すること</li> <li>・実習内容の練習(自分・友人・家族等の手で実際に行う)</li> </ul>						
《履修に当たっての留意点》						
見られる仕事であることを念頭に自分の魅せ方を身につけていきましょう。						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第1回	講義 を通じての 到達目標	授業全体の目標を説明できる なぜ知識と技術を身につける必要があるのか説明できる		プリント	特になし	
	各コマに おける 授業予定	オリエンテーション 学習の必要性について				
第2回	講義 を通じての 到達目標	知識を身につけるための方法を実践できる		プリント	前回の内容を復習・実践しておく	
	各コマに おける 授業予定	知識を獲得する方法				
第3回	講義 を通じての 到達目標	他者からみられる仕事の特徴について説明できる		プリント	前回の内容を復習・実践しておく	
	各コマに おける 授業予定	他者目線の理解				
第4回	講義 を通じての 到達目標	授業の目標を把握し授業の流れを知る/爪の知識を習得し、その知識を説明できる		プリント 筆記用具	特になし	
	各コマに おける 授業予定	講師紹介・授業説明・道具確認とセッティング/爪の構造・病気についての講義				
第5回	講義 を通じての 到達目標	爪の削り方を理解し実践できる		プリント 筆記用具	前回の内容を復習し、授業の到達目標を確実に把握する	
	各コマに おける 授業予定	ファイリング(爪を削る)、バッフィング(爪を磨く)				

授業の方法	内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 爪まわりの角質ケアの方法を理解し実践できる	ネイルケア道具 プリント タオル 筆記用具	前回の内容を復習し、爪の知識を確実に習得する
		各コマにおける授業予定 プッシュバック、プッシュアップ(爪まわりの角質を押し上げる)		
第7回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 爪まわりの角質ケアを実践できる	ネイルケア道具 プリント タオル 筆記用具	前回の実習で練習が必要な内容を実践し練習しておく
		各コマにおける授業予定 キューティクルニッパーを正しく使用し、キューティクルクリーンを行う		
第8回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 カラーポリッシュの塗り方を把握し美しい仕上がりに実践できる	ネイルケア道具 プリント タオル 筆記用具	前回の実習までで練習が必要な内容を実践し練習しておく
		各コマにおける授業予定 カラーリング、カラーオフの流れにそってスムーズに行う		
第9回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ジェルネイルの塗り方を把握し美しい仕上がりに実践できる	ネイルケア道具 プリント タオル 筆記用具	前回の実習までで練習が必要な内容を実践し練習しておく
		各コマにおける授業予定 ジェルネイル施術の流れにそってスムーズに行う		
第10回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・印象管理の大切さを理解する	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・オリエンテーション(メイク道具の確認) ・印象管理ワーク ・印象分析実習		
第11回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・ファンデーションの付け方の基礎を理解する ・印象に伴った眉の描き方を理解する(眉)	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	ノーメイクの状態での出席 学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・ファンデーションの付け方について ・印象別、眉の描き方について ・ポイントメイク実習(ファンデーション、眉)		
第12回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・色の印象について理解する ・印象に伴ったセルフメイクを施すことができる(眉・チーク)	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	ノーメイクの状態での出席 学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・色の持つ印象について(パーソナルカラーなど) ・印象別、チークの描き方について ・ポイントメイク実習(ファンデーション、眉、チーク、リップ)		
第13回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・印象に伴ったセルフメイクを施すことができる(アイメイク)	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	ノーメイクの状態での出席 学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・印象別、アイメイクの描き方について ・メイク実習(ファンデーション、眉、アイメイク、チーク、リップ)		
第14回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・印象に伴ったセルフメイクを施すことができる(リップ)	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	ノーメイクの状態での出席 学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・印象別、リップカラーの選び方について ・メイク実習(ファンデーション、眉、アイメイク、チーク、リップ)		
第15回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標 ・自分自身のコミュニケーション力をアップさせる ・印象に伴ったセルフメイクを施すことができる	筆記用具、配布 プリント、ノート 顔全体が映る鏡、メイク道具一式、スキンケア用品一式	ノーメイクの状態での出席 学んだメイクを日々の自分のメイクで実践する
		各コマにおける授業予定 ・コミュニケーション実習 ・メイク実習(ファンデーション、眉、アイメイク、チーク、リップ)		