

年齢・仕事	35歳 専業主婦
悩み	目の下のシミが増えた。
気になりだした時期	1年前ぐらい
スキンケア	クレンジング【オイルあまり時間はかけていない】・洗顔【ポンプで泡が出てくる】・化粧水・クリーム
インナーケア	なし。
日焼け止め	SPF20 出かけるときだけ使用している。
冷暖房	子どもが生まれて6か月のため適度に、部屋の温度を調整するために使用している。
紫外線	あまりあたることは少ない。
食事	食事は気を付けている。
お通じ	毎日お通じはよい。
睡眠	子どもの夜泣きでなかなか長い時間は眠れていない。
運動	運動はほとんどできていない。
入浴	毎日お風呂は入る。
ストレス	育児のストレスを感じている。寝不足が辛い。
皮脂やニキビについて	皮脂やニキビは気にならない。
保湿について	洗顔後はすぐに乾燥したり、体もカサカサを感じる。
肌の敏感	乾燥するとかゆくなってくることがある。
過去の治療	特にない。
考えられる生活習慣からの原因 スキンケアの使い方の原因	産後6か月のためホルモンバランスの乱れからシミができています。頬も乾燥して肌のバリア機能も低下しているため日中家にいても窓越しからの紫外線の影響も受けている。

事前の打ち合わせはありませんのでカウンセリングを受ける方はこの項目を覚えてこの方になり切ってお客様を演じてください。