

2級 採点用紙(全70問67点で合格)

実施日 年 月 日

氏名 _____

1	髪を整える・枕の位置調整	評価
	手順はあっているか？	
	顔を水平にしたか？	
	枕の位置は正しいか？	
2	肩もみ	評価
	僧帽筋を両手の5指でゆっくりつまんでほぐす	
	肩井(けんせい)のツボ押し	
	力加減を聞く	
3	首もみ	評価
	顎はスイングしているか？	
	皮膚が擦れないようする(回してはいけない)	
	つま先まで揺れているか？(1cm程度)	
	天柱～完骨まで10力所以上ほぐせたか？	
4	側頭部の引き締め	評価
	頭皮をとらえているか？	
	髪は引っ張っていないか？	
	引き締める方向はあっているか？	
	強く押さないこと、引き締めにメインにする	
	素手で行う	
5	頭頂部の引き締め	評価
	頭皮をとらえているか？	
	力加減は強すぎないか？(引き締めがメイン)	
	髪は引っ張っていないか？	
	引き締める方向はあっているか？	
	素手で行う	
6	頭頂部のツボ押し	評価
	正中線を両手の親指を重ねて押圧する	
	目頭、瞳孔、目尻、ハチのラインを順番に押圧する	
	各ライン1回を生え際から枕に親指がつくまで行う	
	指先で頭に対して垂直に押す	
	爪をあてないようにする	
	強く押さない(筋肉・神経を痛める)	
	ベタ押ししないこと(関節が縮こまる)	
	上半身の体重移動で圧を調整する	
	髪を引っ張らないこと	
	指がぶれない、滑らないように押す	
	左右の圧加減を同じにする	
	素手で行う	
7	後頭部の揉捏	評価
	頭皮をとらえているか？	
	圧はしっかり入っているか？	
	頭を支える手が強くないようにする	
	素手で行う	

8	側頭部のの揉捏&リフトアップ	評価
	コメカミもできたか？	
	頭皮をとらえているか？	
	髪は引っ張っていないか？	
	引き締める方向はあっているか？	
	素手で行う	
9	頭頂部のの揉捏&リフトアップ	評価
	頭皮をとらえているか？	
	髪は引っ張っていないか？	
	引き締める方向はあっているか？	
	素手で行う	
10	額	評価
	①生え際のラインを中心から太陽まで押す(親指)	
	②額の中央から太陽まで押す(親指)	
	③眉間から太陽まで押す(人差し指、または、中指)	
	①②③のスタートは指を重ねる	
	太陽(たいよう)は強く押し過ぎないこと	
	指はベタ押し	
	素手で行う	
11	目のまわり	評価
	眼窩の上縁を押す(人差し指、または、中指)	
	眼窩の下縁を押す(親指)	
	眼球に触れないようにする	
	素手で行う	
12	目のまわり	評価
	咬筋を3指で左右同時に揉捏する	
	中指で下関のツボを刺激する	
	下関に中指のまま3指を揃えてリフトアップする	
	リフトアップは約5秒間	
	素手で行う	
13	耳	評価
	耳たぶから順につまむ(指を立てないこと)	
	耳たぶから順に引っ張り、ゆっくり戻す	
	素手で行う	
14	繰り返し(フリー)	評価
	主訴を行う	免除
12	正中線の揉捏	評価
	指の平でやさしく細かく丁寧にできているか？	
	顔が動くとき回し過ぎている	
	首の関節が押され過ぎないようにする	
	髪をジョリジョリさせない	
	素手で行う	
13	百会	評価
	優しく刺激 → だんだん強く → だんだん弱く	