

beauty operator

全國專業 美容師證照

教戰手冊

編審 王傳亮

私立莊敬高級職業學校 校務主任

編著 吳幸娟

名人推薦

台北市長

馬英九

台北醫學大學公共衛生暨營養學院院長

謝明哲

前中華民國流行色彩協會理事長

李秀蓮

中華民國理燙髮美容工會監事主席

楊瓦黨

高雄市理燙髮美容職業工會理事長

呂振業

國立台北教育大學校長

莊淇銘

《你坐對位子了嗎》作者

雷宇鳴



合記圖書出版社 發行

beauty operator

全國專業 美容師證照

教戰手冊

編審 王傳亮

私立莊敬高級職業學校 校務主任

編著 吳幸娟

名人推薦

台北市長

馬英九

台北醫學大學公共衛生暨營養學院院長

謝明哲

前中華民國流行色彩協會理事長

李秀蓮

中華民國理燙髮美容工會監事主席

楊瓦黨

高雄市理燙髮美容職業工會理事長

呂振業

國立台北教育大學校長

莊淇銘

《你坐對位子了嗎》作者

雷宇鳴



合記圖書出版社 發行

全國專業美容師證照教戰手冊 / 吳幸娟編著.

-- 初版. -- 臺北市：合記, 2005[民 94]

面：公分

參考書目：面

ISBN 986-126-265-2(平裝)

1. 美容 2. 美容師—考試指南

424

94011687

書 名 全國專業美容師證照教戰手冊
編 著 吳幸娟
編 審 王傳亮
顧 問 林春輝 何麗玉 林玉鳳 蘇淑惠
許明哲 郭世賢 簡仲邦
文字編輯 郁逸華 郁逸君 黃鈴芳
陳妍樺 范曉珍
執行編輯 王雪莉
發行人 吳富章
發行所 合記圖書出版社
登記證 局版臺業字第 0698 號
社 址 台北市內湖區(114)安康路 322-2 號
電 話 (02) 27940168
傳 真 (02) 27924702
網 址 <http://www.hochi.com.tw/>

總 經 銷 合記書局
北 醫 店 臺北市信義區(110)吳興街 249 號
電 話 (02) 27239404
臺 大 店 臺北市中正區(100)羅斯福路四段 12 巷 7 號
電 話 (02) 23651544 (02) 23671444
榮 總 店 臺北市北投區(112)石牌路二段 120 號
電 話 (02) 28265375
臺 中 店 臺中市北區(404)育德路 24 號
電 話 (04) 22030795 (04) 22032317
高 雄 店 高雄市三民區(807)北平一街 1 號
電 話 (07) 3226177
花 蓮 店 花蓮市(970)中山路 632 號
電 話 (03) 8463459

郵政劃撥 帳號 19197512 戶名 合記書局有限公司

西元 2005 年 8 月 10 日 初版一刷

吳幸娟女士大著刊行紀念

嘉惠勞工

馬英九



敬題

身 爲台北市的一份子，最期許就是把台北市打造成一座真、善、美的城市。要擁有美麗的市容，必須串連人、物、景致，就如同國際著名城市、巴黎、紐約與東京，總是給予觀光客充滿時尚、色彩鮮豔、有活力的感覺，也因此這些城市總有絡繹不絕從外地而來的觀光人口，我也深信台北市有這樣的條件。

藉此，我特別期許吳幸娟老師，這位擁有十六年美容造型專業技術經驗的老師，繼續培育更多技術卓越的美容從業人才，使台灣的男男女女顯得格外美麗。誠心祝福「全國專業美容師證照教戰手冊」，給予更多有心從業的準美容師，最完整的學習與指導！

台北市長

馬英九

本人參與教育工作多年來，有許多深深的體會。

在整個大環境的改變下，【專業證照】已經是工作上不可或缺的重要關鍵，而每個人都會踏入社會成為經濟生產者，但要如何提昇自我知識資本及個人競爭能力，則必須由學習階段便紮下沈穩的根基。更要灌輸學習者在這個資訊爆炸的時代，不再只有【專業】二字而已，是要獲得證明實力的證照才是重點。

當專業教育多元實施後，路是越走越寬，讓社會大眾有再學習意願的人們，有機會利用時間自我充實第二或第三或更多專業，故此取得各種證照的機會無形更提昇許多。

值此證照關鍵年代，提昇專業形象和技術水平，美容技術檢定正式步入乙級講師階段，所有技術考證，由丙、乙、甲逐級而上，有其一致性和連貫性。

吳幸娟老師曾經在本校擔任專業美容教師多年，培育了無以計數的美容專才，目前更將其美容的專業技術擴展至大陸及國際舞台，讓台灣專業美容技術與世界接軌，使有心之人視技檢為正途，而能循序進階，扶搖直上。

《全國專業美容師證照教戰手冊》一書內容之編輯方式、內容素材新穎紮實，其實用性、前瞻性、學術性均為專業書籍之範本，書中首先特別歸納整理，試圖將考試應答時之必要素材，由簡而繁，具體呈現出最重要、最新之內容要點，使讀者可在最短時間內，完全透視美容師檢定的神秘性，進入考場而立於必勝之地。

本書由美容基礎開始延伸至丙、乙級等專業理念的鉤繪，可說是集各重點之精華。其中重要的參考關鍵，更是作者累積多年實戰經驗，緊扣正確命題趨勢與脈動的貼心傑作，為您解除心中疑惑，精通此書，將在考場上百戰百勝。

吳幸娟老師花了相當大的心血完成此書，為專業美容歷程作了重要的見證。本書資料豐碩，用心真切，令人感動，吾完全認同吳老師「提昇專業形象及技術水平、培養明日高級美容講師」的看法，因此樂以為序。謹以此勉勵及祝福歡喜自在，順利成功！

台北縣莊敬高職校務主任

王傳亮

台灣經濟成長，我國人民生活水準也隨之提昇，從早期農業生活重視「量」，進入工商發展講究「質」，直至資訊時代追求生活藝術美感領域，社會蓬勃的發展也促使美容業躍昇為熱門行業。

美容是一項非常重視技術與知識的產業，從業人員必須不斷充實知識並且強化自我的專業技術，因此長期以來美容業一直求才若渴，產官學界一直致力於推廣及培訓教育，希望透過推廣吸收更多有興趣的人士投入，經由培訓使專業人士繼續吸收新的資訊。本會素以增進本業全國勞工知識技能、發展技術教育、爭取本業勞工福利及保障勞工權益，並以加強國際美容美髮專業資訊交流為宗旨。

吳幸娟老師曾任本會台北市工會理事、現任監事，除其本身擁有豐富美容學經歷，對於參與會務相當積極熱心，1996年曾代表本會赴日參與『全國美容美髮技藝大賽』發表流行人體彩繪秀，贏得日本同業的贊許，實為台灣美容爭光不少。

本次，吳幸娟老師有鑑美容證照推廣的必要性，特別針對國內美容業發展的技術人士用心編寫本書，提供給社會人士對美容的入門知識，也是「美容證照」考生的專業參考書。藉助本次作品我們期許不僅提昇美容師專業知識、技能的好教材，也對國人美容水準的提昇有其貢獻。

台北市理燙髮美容職業工會常務監事

楊夏雲

爲配合政府落實美容證照制度、並提昇美容專業知識與技能，本校「進修推廣部」積極辦理各類美容推廣教育，例如：美容進修班，美容講師班，整體形象學分班，美姿美儀彩妝班……等等。其中，各班課程的建議、時間的規劃及相關講師的介聘，吳幸娟老師的協助功不可沒。

吳老師從小對美術設計有濃厚的興趣，在她的職業生涯中，由於因緣際會讓她熟悉日、歐、美系專業知識，也因而進入專業美容領域。她曾擔任過日本 POLA 美容老師、法國 Y.S.L. 美容講師、法國 (Corrèges) 美容講師。她也曾代表台北市理燙髮美容職業工會，在日本全國美容美髮技藝大賽中展現人體彩繪秀，爲台灣美容業爭光。

今天很高興爲吳幸娟老師的著作《全國專業美容師證照教戰手冊》寫序，吳幸娟老師編輯本書，由基本概念原理談起，深入淺出系統化的介紹完整的美容專業知識，讓初學者很容易融會貫通，提供自我進修者最佳美容用書；而且在每個主題之後，更列舉各種相關測驗試題（綜合測驗及職訓局測驗題庫），測驗讀者對前段專業知識的瞭解程度，同時也強化證照考生的應考能力。

本書獨特的編輯方式，與坊間美容題庫截然不同，是自我進修、美容教學、證照考試者不可或缺的書籍。本人特允予爲序。

臺北醫學大學公共衛生暨營養學院院長

謝明哲

「**美**化人生，服務社會」是每一個卓越美容師的使命。

美容師除了承襲「師徒傳藝」的優良傳統之外，更應結合歐美、日美容學校研究所的醫學與科學之理論及其美容技法。

本協會理事吳幸娟老師美容學歷、經歷豐富，又有教學及實務經驗，她所編輯的教材，完整而有序、淺顯又易讀，為一般人提供美容的入門知識，讓每個人從自我保養學起，維護家人、朋友的健康；也是培訓「第二專長」、增加就業、轉業能力的訓練教材；其中，專業的教材與學科、術科題庫，正是輔導取得「美容證照」最有效的專業自修參考書籍，更是提昇美容師專業水準的最佳教材。

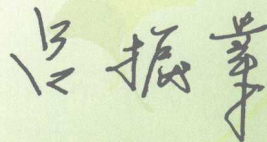
前中華民國流行色彩協會理事長



「**隨**著社會經濟之成長，我國人民的生活水準也跟著進入追尋藝術美感領域，美容業也躍昇市場熱門行業，但伴隨而來的即是專業人力資源的匱乏。本會素以增進本業全國勞工知識技能，發展技術教育，爭取本業勞工福利，保障勞工權益，提昇並加強國際資訊交流為宗旨。

吳老師美容教學及實務經驗豐富，本書完整而專業的內容，為一般人提供美容的基本常識；專業的教材與題庫，是「美容證照」考生最有效的參考書；也是提昇美容師專業知識的好教材。

高雄市理燙髮美容職業工會理事長



在一次受邀之下，榮幸擔任2003年高雄港都小姐選美的評審長，在評審過程時，佳麗們的外型是評分的重要標準之一。歷經了三次評選下來，我感覺佳麗們的造型一次比一次亮麗，一次比一次吸引在場來賓的注目。

在我跟主辦單位津津樂道此事時，主辦單位跟我說，有請專業的造型及美容師，為佳麗們上課，讓她們在學會美容技巧後，在伸展台上走出自信。當然，選美不只考量外型，也考量才華。就有一位佳麗在才華這一項，選擇美容美髮的表演，短短的幾分鐘內，梳理出嶄新的髮型，讓人眼睛為之一亮。

這讓我想起一位才女，那就是本書的作者——吳幸娟。我認識她時就覺得她擁有著無窮的活力與創造力。2003年台灣小姐選美會決賽佳麗的培訓講師。到中國的上海、南京、杭州、廣州、福州、等地區巡迴演講教學。她豐富的實務與理論經驗，讓我想到我的妹妹——莊雅惠，她擁有美國、大陸及台灣的中醫師執照，也是大學教授。兩年前在我的鼓勵之下，開始寫養生美容的書，現在已是暢銷書的作者。幸娟的才華與專業能力，連我妹妹都相當稱許，再看到其集結多年心血完成本書之著作後，深深覺得，有心學習美容者將擁有一分寶典。並預祝本書讓幸娟成為一位既漂亮又有深度的暢銷書作家。

國立台北教育大學校長

莊漢銘

俗話說：「天下沒有醜女人，只有懶女人。」這讓我想起一則民間流傳的笑話，就是：有兩家航空公司，其中一家航空公司，每位空姐打扮的都比另一家航空公司的空姐漂亮，但唯一遺憾的就是，這家航空公司經常有「墜機」事件發生。

有一天，剛好兩隊人馬在機場內相遇，漂亮的這家空姐就嘲笑另一家的空姐長得醜！不小心被醜空姐們聽到了，就立刻「還以顏色」說：「醜死總比摔死好！」

當漂亮的空姐聽到了，也「不甘示弱」回敬說：「摔死，只是一下子；醜死，可是一輩子！」

雖然是「笑話」一則，但也不難看出「女子」可以為美不惜犧牲生命，也可以為美「奮戰到底」！

吳幸娟老師，本人已認識她十年以上了，她不但在美容方面有深厚的學養及較高的學識。同時更重要的是，她擁有多年的教學及實戰經驗，她所教的學生遍及世界各地，尤其是中、日、港、台……等地區，她不但組訓過許多美容方面的國際大型秀及比賽，同時還一直擔任海峽兩岸的一級評審委員。

在當今社會潮流，一切講求專業及證照的時期，她能適時的提供多年的專業經驗來協助有意在美容界發展的朋友一些實際且有效的指導，實乃大家之福。

目前，吳老師還擔任台北醫學大學「整體形象學分班」班主任及講師一職，培育更多的美容專業人才，相信讀了她寫的這本書後，必定可使大家在美容的這條路上心想事成！

《你坐對位子了嗎》作者





• 跨越兩岸的美容培訓名師 •

吳幸娟 (CINDY)

學歷

日本東京國際理容美容專門學校研究班
法國萊雅集團講師研究班
英法美容學校人體彩繪研究班
OMC世界美髮美容國際技術裁判研習班

曾任

莊敬高職美容科老師
流行色彩協會理事
台北市理燙髮美容職業工會理事／監事
美商安麗公司美容講師
中國安利高級美容培訓督導
日本POLA公司美容講師
法國YSL公司美容講師
法國Corrèges美容講師

現任

台北市理燙髮美容工會理事
台北醫學大學整體形象學分班班主任及講師
OMC美髮美容協會國際技術委員／裁判
Cindy生活美學館負責人

◎從小就鍾情於美術、參加美術比賽得獎無數

第一眼看到 CINDY 就被她的美麗與自信吸引，親切的眼神，甜蜜的笑容，擁有與生俱來的親和力，一點也不會令人感到生疏。

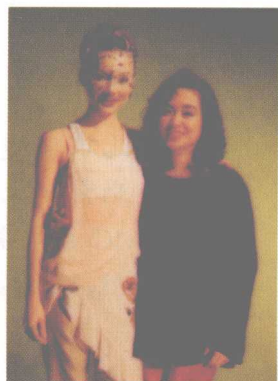
CINDY 出生於台南白河鎮，從小喜歡塗鴉的她鍾情美術，就讀小學及中學時期，曾多次代表學校參加校外的寫生比賽，並得到許多獎項。高中後進入台南成功大學附設高工，一直都是擔任學藝股長的她，也從不在海報製作競賽上缺席，在校成績優異，平均學習成績為第一名，畢業時榮獲校長獎。

由於她對美術設計有濃厚的興趣，原本想選擇服裝設計等相關科系升學，但 CINDY 的父親期許她能選擇理工科系，幫忙家裡鋼鐵工廠的經營。頗有孝心的她因而順服父親的意思，大專選擇了工業管理科系就讀。雖然對於工業管理科目興趣並不濃厚，不過卻因此轉移興趣參加許多學校社團，活潑、開朗、不服輸的個性，使她在社團中相當活躍，無論是主持、執行或策劃都能稱職的表現。

不抵自己全身上下充滿「唯美」的細胞，在大專畢業後為能使自己真正進入時尚都會，她隻身北上選擇廣告公司任職，問她為什麼選擇廣告業，她笑著回答說：「因為廣告是很有創意的行業。」因為這份工作的緣故，接觸的多半是穿著打扮很時尚的人，心中莫名湧出共鳴，認為追求「美」是每個人的夢想，也是社交不可或缺的禮儀。此時為了想了解美容知識，竟然應考日系化妝品牌美容講師的職務，從沒有美容經驗的她，居然自應徵二百多人中脫穎而出。CINDY 回想當時能夠「雀屏中選」的主因，應該是歸功於自信心吧！

◎全身充滿美「美」的感覺，注定成為美容專業人

努力不懈求取美容技術，熟悉日、歐、美系專業知識，因緣際會使得 CINDY 進入專業美容領域，可是她對美容一點概念都沒有，借助 POLA 公司的栽培及本身的努力，在 POLA 公司不到一年，她就贏得公司主管極大的肯定，因而正式展開美容專業講師的歷程。每天至少講兩堂課，不斷累積講課經驗使她越來越懂得如何培訓美容從業人員。之後她決定出國進修，赴日本東京國際美容專科學



校。三年來她已經深入了解日本的美容專業技術與知識，但她期許自己不斷提升，由於歐美的化妝品工業發展成熟，CINDY希望能進入歐美美容企業學習，所以進入法國YSL公司擔任高級美容專業講師，負責培訓專業美容師，因而學習法國美容師專業的技巧與方法。接觸日、歐、美系美容專業知識，CINDY覺得東西方的差異很大，無論是膚（髮）色、膚（髮）質、輪廓、五官、身材、飲食、氣候、生活習慣等，都直接間接影響到美容產業發展，也就各有其特色了。

◎代表台灣赴日發表人體彩繪秀造就大陸全國數以千計的學生

1996年日本全國美容美髮技藝大賽，CINDY代表台北市理燙髮美容職業工會在大會現場表演人體彩繪秀，她希望借此機會能為台灣美容界爭光，展現台灣美容水準及趨勢皆與世界同步。

1997年5月應AMWAY開發中國市場賴祥國總監的邀請，首次在大陸巡迴七個大城市（包括廣州、汕頭、廈門、福州、上海、南京及杭州），每場上千人的美容新產品發表會，由於大陸市場相當競爭，所以前來聽課的學員，都必須經過考試才能參加，每個學員上課認真求知的態度，的確令人印象深刻。此後3至4年間CINDY又分別至長春、大連、北京、上海、廈門、廣州、深圳、香港、美國…等等。累積大陸豐沛的人脈，CINDY真可謂是「桃李滿天下」。

在大陸美容課程的重點著重於保養的技巧，現場提供實際操作的演練，學員吸收情形就會有事半功倍的效果。因為教學經驗豐富，傳教授業又不失幽默的風格，因此使得CINDY成了大陸學員們一直爭先恐後邀請的超級美容講師。



本文摘自《美容科學》雜誌
採訪／米利安

愛

美是人的天性，也是社交不可或缺的禮儀。有的人天生麗質，擁有亮麗的肌膚，到處受人歡迎；有的人卻是為滿臉的黑斑、面皰，整天愁眉苦臉。因此，如何讓天生麗質的人維持更亮麗、更長久，讓不夠美的人看起來更賞心悅目，成為古今中外最受歡迎的話題，「美容」也因應而生。

本書獨特的編輯方式，與坊間美容題庫截然不同，是自我進修、美容教學、證照考試者不可或缺的書籍。

「專業知識」，深入淺出系統化的介紹完整的美容專業知識，由基本概念、原理談起，讓自我進修者也能融會貫通，成為美容DIY者最佳參考用書。

「測驗題庫」，羅列各種相關測驗試題（含自我評量、綜合測驗，及職訓局測驗題庫），測驗對前段專業知識的瞭解程度，更可強化證照考試的應考實力。

「試題解析」，針對前段是非題中容易混淆的觀念，給予正確的分析，以提高專業能力。

本書雖經作者細心核對，唯疏漏之處在所難免，尚祇各位美容先進及讀者不吝來函指正。謝謝！

◎重要記錄

- | | |
|--------------|---|
| 1996年 | 代表台灣台北市理燙髮美容職業工會赴日參加日本全國美容美髮技藝大賽發表之人體彩繪秀 |
| 1997年～2002年 | 應中國安利公司邀請在大陸各大主要城市巡迴演講（包括北京、上海、杭州、成都、瀋陽、廣州、廈門…等地） |
| 2002年～2004迄今 | 首屆在台北醫學大學設立整體形象學分班課程 |
| 2004年～迄今 | OMC世界美髮美容協會國際技術委員／裁判 |
| 2004年～迄今 | 正式設立Cindy生活美學館 |
| 2005年 | 當選台北市優秀勞工／模範勞工 |



Cindy Wu

目錄

Contents

馬英九序 i

推薦序 iii

作者介紹——跨越兩岸的美容培訓名師 xv

自序 xix

Chapter

1 美容與禮儀規範

1



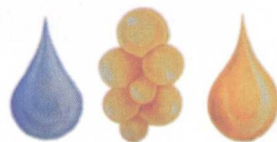
- 美容的定義 2
- 職業道德常識 2
- 美容師的形象 3
- 美容師的語言規範 4

Chapter

2 皮膚生理與結構

5

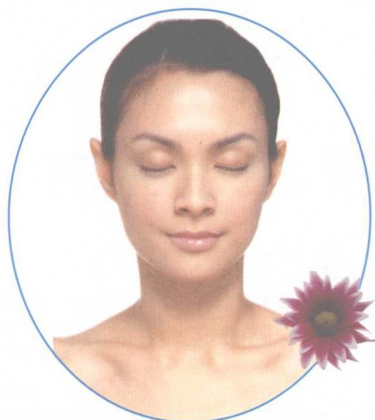
- 細胞的結構 6
- 細胞的功能 6
- 細胞的組織成份 7
- 皮膚的構造 7
- 表皮層結構 8
- 真皮層結構 9
- 皮下組織結構 10
- 皮膚的附屬器官 10
- 皮膚的生理機能 12



Chapter

3 皮膚類型與問題皮膚

15



- 皮膚的分類 16
- 面皰性皮膚 17
- 斑點的成因與保養 19
- 敏感性皮膚 21
- 老化皮膚 22
- 面部判斷健康圖 23

