

ホリスティックビューティ検定2級 模擬問題

1. 【スキンケア】バリア機能の働きとして適切なものは？
 - (1) 脂肪を蓄える。
 - (2) 乾燥や有害な紫外線などの外的刺激から身体を守る。
 - (3) メラニンを生成して紫外線から身を守る。

2. 【女性の体】エストロゲンの説明として適切なものは？
 - (1) 皮脂分泌を促す。
 - (2) 脳の視床下部・下垂体からの指令を受けて卵巣で分泌される。
 - (3) 排卵後から次の生理前まで増加する。

3. 【ダイエット】BMIの値を出すための正しい数式は？
 - (1) $BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}^2$
 - (2) $BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}$
 - (3) $BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (cm)}^2$

4. 【アロマセラピー】以下の精油のうち、肌荒れ時に利用するのに最も適しているものは？
 - (1) カモミール
 - (2) ジュニパー
 - (3) ペパーミント