



一般社団法人 日本エステティック協会

**JEO 認証 AJESTHE 認定上級エステティシャン試験**  
**受 験 要 項**  
**〔2015 年度 一般会場試験〕**

## 〔目 次〕

### AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 概要 . . . . . P. 3

- 【1】 上級エステティシャン試験制度の目的
- 【2】 認定資格の能力基準
- 【3】 試験の構成
- 【4】 受験料および資格更新
- 【5】 不合格の場合の再受験について
- 【6】 合格証書およびディプロマ・バッヂ付与について

### AJESTHE 認定上級エステティシャン筆記試験 概要 . . . . . P. 4

- 【1】 開催日時
- 【2】 開催地区
- 【3】 出題範囲
- 【4】 試験時間
- 【5】 出題形式
- 【6】 合格基準
- 【7】 合否判定
- 【8】 合否通知

### AJESTHE 認定上級エステティシャン実技試験 概要 . . . . . P. 5～6

- 【1】 開催日時
- 【2】 開催地区
- 【3】 科目
- 【4】 試験時間
- 【5】 合格基準
- 【6】 合否判定
- 【7】 合否通知
- 【8】 再受験規定
- 【9】 モデル基準
- 【10】 準備物
- 【11】 実技試験の流れおよび実施方法
  - (1) フェイシャル . . . . . P. 7～9
  - (2) マニキュア . . . . . P. 10～11
  - (3) メイクアップ . . . . . P. 12
  - (4) ボディ . . . . . P. 13～14
  - (5) ワックス脱毛 . . . . . P. 15～16
- 【12】 実技試験タイムスケジュール . . . . . P. 17

#### ■コンサルテーションシート（フェイシャル・ボディ）

#### ■実技試験合格に向けての対策

# AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 概要

## 【1】上級エステティシャン試験制度の目的

- ① 一般社団法人日本エステティック協会の認定校において、1000 時間以上コースまたは CIDESCO 国際認定校コース(1200 時間以上)を修了した者に対し、真のエステティシャンとして必要なエステティックの知識と技術、ホスピタリティーマインドおよび法令遵守の精神を修得したことを客観的に証明するために、所定の筆記試験ならびに実技試験を行なうことにより認定資格を付与する。
- ② 一定以上の実務経験を有する協会認定エステティシャンに対し、①と同一の筆記試験および実技試験を行ない、1000 時間以上コース修了と同等のエステティックの知識と技術、ホスピタリティーマインドおよび法令遵守の精神を保有していることを認め、同一の認定資格を付与する。

## 【2】認定資格の能力基準

- ・エステティックに関する理論・技術のすべてを理解し、実践する能力を有しているエステティシャン

## 【3】試験の構成

- ・筆記試験および実技試験

## 【4】受験料および資格更新

- ①受験料 : 筆記 10,800 円(税込)、実技 21,600 円(税込) ※消費税 8%期間
- ②資格更新: 手続き不要 ※年会費納入により 1 年ごとに自動更新

※2014 年度までに TEA 試験を受験された方で、実技試験を再受検される場合は、1 科目 5,400 円(税込)となります。

## 【5】不合格の場合の再受験について

- ・次年度以降の試験において再受験可

## 【6】合格証書およびディプロマ・バッジ付与について

- ・筆記試験および実技試験の合格により以下 3 点を付与

- ①日本エステティック機構(JEO)認証マーク入り合格証書
- ②認定証(ディプロマ)
- ③バッヂ

## AJESTHE 上級エステティシャン筆記試験 概要

### 【1】開催日時

・2015 年 5 月 16 日(土) 13:00～14:30(90 分間)

※実技試験説明会 15:00～17:00

### 【2】開催地区

・全国 5 地区(札幌・東京・名古屋・大阪・福岡) ※規定人数以上の開催

### 【3】出題範囲

・協会認定校 1000 時間以上コースカリキュラム

※新エステティック学(第 2 版) 理論編Ⅰ～Ⅲ、技術編Ⅰ～Ⅱ

※AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 筆記試験例題集

### 【4】試験時間

・90 分間

### 【5】出題形式

・マークシート形式／100 点満点

※問題配分は 1000 時間以上コースカリキュラムの履修時間に比例

### 【6】合格基準

・70%以上の正解

### 【7】合否判定

・協会内に組織された試験判定委員会において、審議の上決定する

### 【8】合否通知

・2015 年 6 月上旬頃

# AJESTHE 上級エステティシャン実技試験 概要

## 【1】開催日時

・2015 年 7 月中旬～下旬頃 10:00～15:30

## 【2】開催地区

・全国 5 地区(札幌・東京・名古屋・大阪・福岡) ※規定人数以上の開催

## 【3】科目

・フェイシャル(手技・機器)、マニキュア、メイクアップ、ボディ(手技・機器)、ワックス脱毛

## 【4】試験時間

・前半試験(2 時間 45 分):フェイシャル 105 分/マニキュア 30 分/メイクアップ 30 分  
・後半試験(1 時間 40 分):ボディ 70 分/ワックス脱毛 30 分

## 【5】合格基準

・すべての科目において、70%以上の得点を合格とする

## 【6】合否判定

・協会内に組織された試験判定委員会において、審議の上決定する

## 【7】合否通知

・2015 年 8 月下旬頃

## 【8】再受験規定

・再受験 1 回目より不合格科目のみ受験とする(合格科目は免除)

## 【9】モデル基準

- ①20 歳以上であること(未成年者不可)
- ②次の事項に該当しないこと
  - ア)伝染性の皮膚病、てんかん、糖尿病、心臓病、腎臓病、妊産婦、アトピー、肌が弱い、爪の病気のある、熱がある  
身体に金属が入っているなど
  - イ)顔や身体にアートメイクや入れ墨がある、まつ毛のエクステンションをしているなど
- ③デメイクアップを施していること(事前チェックあり)・・・★
  - ★ウォータープルーフタイプのマスカラ、落ちにくいタイプの口紅は使用不可。眉の長さはある程度整えておく。
- ④両手に濃い赤色のカラーポリッシュを二度塗りしていること(事前チェックあり)・・・★
  - ★ネイルアート、ネイルエクステンション(人工爪)、ジェルネイル不可。
  - ★自爪でファイリングができる程度に伸ばしておくこと(事前チェックあり)
- ⑤腕・脚のいずれかに 0.5cm 以上の体毛があり、脱毛可能な状態であること(事前チェックあり)
- ⑥コンタクトレンズは外すこと

## 【10】準備物

■以下を参考に、実技試験の準備をして下さい(その他、ご自身で必要と思われるものは、各自ご用意下さい)

|           |                                                                                                                                                                                                    |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (1)実技試験全般 | <p>■筆記用具</p> <p>■タオル(スチームタオル用・ベッド用等一式)<br/>※清潔感があり、汚れが良く確認できる色であること(色は白が最も望ましい)</p> <p>■消毒液</p> <p>■グローブ(手指、皮膚に問題がある場合は着用)</p>                                                                     |
| (2)フェイシャル | <p>■フェイシャルトリートメント用化粧品一式<br/>※様々な肌の状態に対応できるように、タイプの異なる化粧品を数種類用意すること</p> <p>■器具、用具一式</p> <p>■機器トリートメントに必要な化粧品</p>                                                                                    |
| (3)マニキュア  | ■マニキュアに必要なプロ仕様の器具、用具、化粧品一式                                                                                                                                                                         |
| (4)メイクアップ | ■メイクアップに必要なプロ仕様の器具、用具、化粧品一式                                                                                                                                                                        |
| (5)ボディ    | <p>■メジャー</p> <p>■敷物(器具の上に敷くシートや床に敷くマットで、採寸や計測・運動の実演の際に使用)</p> <p>■ボディマッサージ用化粧品(オイル、クリーム、ジェルなど)<br/>※肌や身体の状態に対応できるように、タイプの異なる化粧品を数種類用意すること</p> <p>■器具、用具一式</p> <p>■機器トリートメントに必要な化粧品</p>             |
| (6)ワックス脱毛 | <p>■ワックス脱毛に必要な器具、用具・ワックス用化粧品一式</p> <p>■使い捨てシート(タオルの上に敷くもの、不織布、ビニールシートなど)</p> <p>■ツイーザー(先の尖っていないもの)</p>                                                                                             |
| (7)モデル用   | <p>■ガウン(フェイシャル用の胸元までのもの、ボディ用ローブタイプのものなど)<br/>※ガウンの形や色は自由であるが、清潔で汚れが確認しやすいものであること</p> <p>■スリッパ、ペーパーショーツおよびペーパーブラジャー、ターバンなど</p>                                                                      |
| (8)受験者用   | <p>■ユニフォーム<br/>※清潔でシワがなく、汚れがよく確認できる色であること(色は白が最も望ましい)<br/>※下着の色に注意 ※認定校名・サロン名を隠す必要は無い</p> <p>■エステシューズ<br/>※清潔で動きやすいもの(色は白が最も望ましい)</p> <p>■ストッキング(肌色に近い色のもの)<br/>※手指、爪、ヘア、メイクアップ、アクセサリなども考慮すること</p> |
| (9)その他    | ■ワゴンに置ける時計 ■昼食 ■ゴミ袋 ■バインダー ■その他ご自身で必要と思われるもの                                                                                                                                                       |
| (10)会場準備物 | <p>・以下の物は会場で準備</p> <p>■ベッド ■スツール ■ワゴン ■フェイシャル機器 ■ボディ機器 ■タオル蒸器</p> <p>■コンサルテーションシート(フェイシャル・ボディ)</p>                                                                                                 |

※会場準備物以外の物は一切貸出いたしません

忘れ物などがあると試験を受けられないことがありますので、ご注意ください

## 【11】実技試験の流れおよび実施方法

### (1) フェイシャル

■試験時間 2 時間 45 分(フェイシャル 105 分)

【フェイシャル No.1】

| 順序 | 科目・時間          | 試験内容                                                                                                                                                     | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①  | 事前準備           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備(器具、用具、化粧品)</li> <li>・ワゴンのセッティング</li> <li>・ベッドメイキング</li> <li>・衛生面</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・器具、用具、化粧品は全て用意する</li> <li>・化粧品はタイプの異なる化粧品を数種類準備する<br/>(剤型および肌タイプ)</li> <li>・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする</li> <li>・ベッドメイキングは、きれいに整頓し、清潔感のあるセッティングをする</li> <li>・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う</li> <li>・手指に(皮膚に)問題がある場合、グローブを着用する</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> </ul> |
| ②  | 受験者の身だしなみ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>○手指・爪</li> <li>○ヘア・メイク</li> <li>○ユニフォーム</li> <li>○ストッキング</li> <li>○シューズ</li> <li>○アクセサリ</li> </ul> <p>・全体の清潔感</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手指、爪をきちんと手入れしておく</li> <li>・髪は清潔にきちんと整え、好感を持たれるナチュラルなメイクアップにする</li> <li>・清潔でシワのないユニフォーム(下着の色に注意)</li> <li>・肌色に近い色のストッキング</li> <li>・清潔で動きやすいシューズ</li> <li>・アクセサリなどは身につけない</li> <li>・好感を持たれる身だしなみと、全体の清潔感を心がける</li> </ul>                                                     |
| ③  | お客様への準備<br>5 分 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング</li> </ul> <p>(ヘアターバン、ガウン、タオル等)</p>                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> <li>・髪をきれいに包み込み、ガウン、タオル等を施術がしやすいように準備する</li> </ul>                                                                                                                                                                                               |
| ④  | クレンジング<br>10 分 | <p>*お客様はデイメイクをしている</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クレンジング料の肌への適合性と使用量</li> <li>・手技によるポイントメイクとベースのクレンジングテクニック</li> <li>・拭き取りのテクニック</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・クレンジングは顔と首を行う</li> <li>・クレンジング料は肌質およびメイクの状態に適合したクレンジング料を使用する</li> <li>・ポイントメイク、ファンデーション等が残らないようにクレンジングする</li> <li>・スチームタオルでの拭き取りはデコルテまで行う</li> <li>・スチーマーはかけない(手技の確認をしやすいするため)</li> <li>・拭き残しがないようにクレンジングする</li> </ul> <p>*試験官による、汚れの取り残しがないかのチェックが行われる</p>                |

| 順序 | 科目・時間                      | 試験内容                                                                                                                                                                                                                                                  | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑤  | 肌分析<br>(コンサルテーション)<br>30 分 | <p>* ベッドの背もたれは立てて行う</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌質の分析力</li> <li>・主な目的</li> <li>・適正なプログラム</li> <li>・シートの記入状況</li> <li>・ホームケアアドバイス<br/>(スキンケア、化粧品、食事、生活面など)</li> </ul>                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お客様の施術に必要な情報を最大限に引き出し、肌の状態を適確に捉えて、正しく分析を行う</li> <li>・お客様の悩み・要望を反映させ、肌に即した目的となっている</li> <li>・肌分析の内容とトリートメントプランが合っていること<br/>(適合する化粧品、特徴成分、使用すべき機器、施術目的を明確にする)</li> <li>・シートは時間内(30 分)で完成させ、適切な必要事項を漏れの無いように記入する</li> <li>・適切なホームケアアドバイスをする</li> <li>・コンサルテーションシートは最後までお客様との対話の中で進める</li> <li>・対応のマナーに気を配り、コミュニケーションを図る</li> </ul> <p>* 施術中、お客様の肌に何らかのトラブルが起きた場合は、試験官の許可を得てトリートメントプランを変更することができる</p> |
| ⑥  | ディープ<br>クレンジング<br>10 分     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・以下から選択する</li> <li>○ブラシクレンジング</li> <li>○角質除去 <ul style="list-style-type: none"> <li>粒子入り</li> <li>粒子なし</li> <li>酵素入り</li> </ul> </li> <li>○スチーマー      ○吸引</li> <li>○エレクトロクレンジング(電気洗浄)</li> <li>○その他</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お客様の肌に合ったディープクレンジング法を選択し、施術を行う</li> <li>・部分だけでなく、顔と首を行う</li> <li>・肌の状態に合わせて、2 種類以上使用しても良い</li> <li>・目的、効果、特徴成分、注意事項、禁忌事項等を理解する</li> <li>・化粧品は適切な方法で、肌に負担のかからない力加減で施す</li> <li>・機器は正しい操作で、安全に使用する</li> </ul>                                                                                                                                                                                       |
| ⑦  | フェイシャル<br>機器<br>10 分       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌分析に基づく電気機器の選択<br/>(試験官が指示することもある)</li> <li>○イオンフォレーゼ</li> <li>○パター</li> <li>○その他</li> <li>・各機器の目的、効果、禁忌事項、操作方法</li> <li>・各機器に関連する肌の基本的知識</li> </ul>                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌質別に対応できるよう、全ての機器を使いこなせる</li> <li>・機器は正しい操作で、安全に使用する</li> <li>・使用化粧品の特徴成分、効果を理解している</li> <li>・施術目的、効果、注意事項、禁忌事項を理解している</li> <li>・骨格、筋肉、リンパについて、名前や位置、流れる方向等を理解している</li> <li>・スチーマーはかけない(手技の確認をしやすくするため)</li> </ul>                                                                                                                                                                                |
| ⑧  | マッサージ<br>(手技)<br>20 分      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌分析に基づく</li> <li>フェイシャルマッサージ</li> </ul>                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・マッサージは顔～デコルテまでを行う</li> <li>・肌質に適合したマッサージ料を選択し、適量使用する</li> <li>・使用する化粧品の特徴成分、効果を理解している</li> <li>・各手技の目的と効果を理解し、以下に配慮しながら、肌質に適合したマッサージを行う</li> <li>○力加減   ○密着度   ○リズム   ○連続性   ○正確性   ○姿勢</li> <li>・骨格、筋肉、血液やリンパ液の流れを理解している</li> <li>・スチーマーはかけない(手技の確認をしやすくするため)</li> <li>・全体の技術にまともがあり目的を達成させられるマッサージである</li> </ul>                                                                                |



■試験時間 2 時間 45 分（フェイシャル 105 分）

【フェイシャル No. 3】

| 順序 | 科目・時間                | 試験内容                                                                                                                  | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑨  | パック<br>(マスク)<br>15 分 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌分析に基づくパック料の選択</li> <li>・ムラのない塗布方法</li> <li>・手早く拭き残しのない除去方法</li> </ul>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・パックの種類、特徴成分、効果について理解している</li> <li>・パックは鎖骨下 2～3cm ぐらいまで塗布する</li> <li>・各部位の肌質に合わせて塗り分ける</li> <li>・適量を均一の厚さに、塗り残しがないように塗布する<br/>(コスト意識を持つ)</li> <li>・シートの上に塗布するタイプ、ピールオフタイプのパックは使用しない</li> <li>・透明なパックを全体に使用するのは、塗布状態の見極めが困難なため避ける(部分的な使用は可)</li> <li>・塗布後にアイパッドをのせる</li> <li>・水分量や温度加減を考慮しながら、拭き残しがないよう除去する</li> </ul> |
| ⑩  | 仕上げ<br>(整肌)<br>5 分   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・化粧品の肌質への適合性</li> <li>・目的に応じた肌の仕上がり</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌質に合った化粧品を選択し、適量を使用する</li> <li>・それぞれの化粧品の目的、効果について理解している</li> <li>・モデルの表情や時間経過に伴う肌の変化などを考慮して塗布する</li> </ul>                                                                                                                                                                                                          |
| ⑪  | 衛生・消毒<br>(全体を通して)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・器具、用具、化粧品の消毒と衛生</li> <li>・整理整頓</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける</li> <li>・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・ワゴンやベッド全体が衛生的に保たれるよう、整理整頓を常に心がける</li> </ul>                                                                                                                                                                       |
| ⑫  | 接客<br>(全体を通して)       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客マナー</li> <li>・気配り</li> <li>・安心感</li> <li>・誘導・配慮</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・終始、好感を持たれる接客マナー</li> <li>・常にお客様の立場に立って、素早い対応をする</li> <li>・謙虚で真摯な態度で臨み、安心感や信頼性につなげる</li> <li>・ベッドから離れる際のお客様へのサポートや、気配りのある誘導</li> </ul>                                                                                                                                                                                |
| ⑬  | 口頭試問<br>(全体を通して)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎理論の理解度</li> <li>・技術理論の理解度</li> <li>・全体を通しての理解度</li> <li>・受け答えの態度</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎理論を理解している</li> <li>・技術理論を理解している</li> <li>・質問に対しての受け答えのマナー、適確な回答</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                         |

## (2)マニキュア

■試験時間 2 時間 45 分(マニキュア 30 分)

【マニキュア No.1】

| 順序 | 科目・時間     | 試験内容                                                                                                                                                        | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①  | 事前準備      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備<br/>(器具、用具、ネイル用化粧品)</li> <li>・ワゴンのセッティング</li> <li>・ベッドメイキング</li> <li>・衛生面</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う</li> <li>・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする</li> <li>・エメリーボードは新品または消毒済みのものを用意する</li> <li>・エメリーボードのエッジは事前に面取りをしておく</li> <li>・ウッズスティックは汚れの無いものを用意する</li> <li>・カラーポリッシュはラメやパールが入っていない発色のよい濃い色を数色用意する</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> </ul>                                                             |
| ②  | 受験者の身だしなみ | <ul style="list-style-type: none"> <li>○手指・爪</li> <li>○ヘア・メイク</li> <li>○ユニフォーム</li> <li>○ストッキング</li> <li>○シューズ</li> <li>○アクセサリー</li> <li>・全体の清潔感</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手指、爪をきちんと手入れしておく</li> <li>・髪は清潔にきちんと整え、好感を持たれるナチュラルなメイクアップにする</li> <li>・清潔でシワのないユニフォーム(下着の色に注意)</li> <li>・肌色に近い色のストッキング</li> <li>・清潔で動きやすいシューズ</li> <li>・アクセサリーなどは身につけない</li> <li>・好感を持たれる身だしなみと、全体の清潔感を心がける</li> </ul>                                                                                                          |
| ③  | お客様への準備   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング</li> </ul>                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> <li>・アームレスト、タオル、ペーパータオル等、施術しやすいように準備を行う</li> <li>・ペーパータオルを敷く</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                |
| ④  | マニキュア技術   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・マニキュアは片手を行う</li> <li>・ポリッシュリムーブ、ファイリング、キューティクルクリーン、ハンド&amp;アームマッサージ、カラーリングの行程を行う</li> <li>・全体を通しての姿勢</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ファイルはエメリーボードを使用する</li> <li>〔ファイルは 180～240 グリット(ファイルの目の粗さ)程度から選択し、厚みの薄いタイプを使用する〕</li> <li>・キューティクルプッシュの用具は安全なものを選択して行う</li> <li>・カラーポリッシュの色は発色のよい濃い色を使用する</li> <li>・カラーリングは、ベースコート → カラーポリッシュ(2 度塗り) → トップコートまでとする</li> <li>・ハケの使い方に注意して、スムーズに塗布できる</li> <li>・施術中は、背筋を伸ばした正しい姿勢で行う</li> <li>・ハンド&amp;アームマッサージは 1 分以上行う</li> </ul> |

|   |                   |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|---|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑤ | 衛生・消毒<br>(全体を通して) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・器具、用具、化粧品 of 消毒と衛生</li> <li>・整理整頓</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける</li> <li>・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・ワゴンやベッド全体が衛生的に保たれるよう、整理整頓を常に心がける</li> </ul> |
| ⑥ | 接客<br>(全体を通して)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客マナー</li> <li>・気配り</li> <li>・安心感</li> <li>・誘導 ・配慮</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・終始、好感を持たれる接客マナー</li> <li>・常にお客様の立場に立って、素早い対応をする</li> <li>・謙虚で真摯な態度で臨み、安心感や信頼性につなげる</li> <li>・ベッドから離れる際のお客様へのサポートや、気配りのある誘導</li> </ul>          |
| ⑥ | 口頭試問<br>(全体を通して)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ネイル用化粧品についての知識</li> <li>・爪についての知識(爪の構造、<br/>病気、トラブル、禁忌事項等)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・質問に対しての受け答えのマナー、適確な回答</li> </ul>                                                                                                               |

### (3)メイクアップ

■試験時間 2 時間 45 分(メイクアップ 30 分)

【メイクアップ No.1】

| 順序 | 科目・時間             | 試験内容                                                                                                                                                                                                                                                                                | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①  | 事前準備              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備<br/>(器具、用具、メイクアップ用化粧品)</li> <li>・ワゴンのセッティング</li> <li>・衛生面</li> </ul>                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う</li> <li>・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> </ul>                                                                                                                                                                        |
| ②  | 受験者の身だしなみ         | <ul style="list-style-type: none"> <li>○手指・爪</li> <li>○ヘア・メイク</li> <li>○ユニフォーム</li> <li>○ストッキング</li> <li>○シューズ</li> <li>○アクセサリー</li> <li>・全体の清潔感</li> </ul>                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手指、爪をきちんと手入れしておく</li> <li>・髪は清潔にきちんと整え、好感を持たれるナチュラルなメイクアップにする</li> <li>・清潔でシワのないユニフォーム(下着の色に注意)</li> <li>・肌色に近い色のストッキング</li> <li>・清潔で動きやすいシューズ</li> <li>・アクセサリーなどは身につけない</li> <li>・好感を持たれる身だしなみと、全体の清潔感を心がける</li> </ul>                                                               |
| ③  | お客様への準備           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導</li> <li>・セッティング</li> </ul>                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> <li>・ヘアは仕上がりを考慮し、施術しやすいように準備を行う</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                  |
| ④  | メイクアップ技術          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お客様に合わせたデメイクアップの仕上がりイメージの適合性</li> <li>・メイクアップバランス</li> <li>・以下のメイクアップを行う <ul style="list-style-type: none"> <li>○ファンデーション ○パウダー</li> <li>○アイシャドウ ○アイライン</li> <li>○マスカラ ○アイブロー</li> <li>○リップ ○チーク</li> </ul> </li> <li>・全体を通しての姿勢</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・必要に応じてコンシーラーやハイライト、コントロールカラー等を使用しても良い</li> <li>・眉毛処理を必要とする場合はツィーザーを使用して形を整える(シザーズは使用不可)</li> <li>・ブラシ、スクリュブラシ、パフ等は数個用意し、再使用は避ける</li> <li>・口紅はスパチュラ等に取り、そこからブラシで塗布する</li> <li>・メリハリのあるメイクアップに仕上げる</li> <li>・施術中は、背筋を伸ばした正しい姿勢で行う</li> <li>・メイクアップが仕上がったらヘアバンドを外し、髪、ガウン等を整える</li> </ul> |
| ⑤  | 衛生・消毒<br>(全体を通して) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・器具、用具、化粧品の消毒と衛生</li> <li>・整理整頓</li> </ul>                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける</li> <li>・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・ワゴンやベッド全体が衛生的に保たれるよう、整理整頓を常に心がける</li> </ul>                                                                                                                                        |
| ⑥  | 接客<br>(全体を通して)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客マナー</li> <li>・気配り</li> <li>・安心感</li> <li>・誘導・配慮</li> </ul>                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・終始、好感を持たれる接客マナー</li> <li>・常にお客様の立場に立って、素早い対応をする</li> <li>・謙虚で真摯な態度で臨み、安心感や信頼性につなげる</li> <li>・ベッドから離れる際のお客様へのサポートや、気配りのある誘導</li> </ul>                                                                                                                                                 |
| ⑥  | 口頭試問<br>(全体を通して)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・メイクアップ化粧品についての知識</li> <li>・メイクアップについての知識</li> </ul>                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・質問に対しての受け答えのマナー、適確な回答</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |

#### (4)ボディ

#### ■試験時間 1 時間 40 分(ボディ 70 分)

#### 【ボディ No.1】

| 順序 | 科目・時間                        | 試験内容                                                                                                                                                                                 | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①  | 事前準備                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備(器具、用具、化粧品)</li> <li>・ワゴンのセッティング</li> <li>・ベッドメイキング</li> <li>・衛生面</li> </ul>                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・器具、用具、化粧品は全て用意する</li> <li>・化粧品はタイプの異なる化粧品を数種類準備する<br/>(剤型および肌タイプ)</li> <li>・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする</li> <li>・ベッドメイキングは、きれいに整頓された清潔感のあるセッティングにする</li> <li>・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う</li> <li>・採寸や運動の実践に必要な準備が揃えられている</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・手指に(皮膚に)問題があった場合、グローブを着用する</li> </ul>                                                                                                                       |
| ②  | 受験者の身だしなみ                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>○手指・爪</li> <li>○ヘア・メイク</li> <li>○ユニフォーム</li> <li>○ストッキング</li> <li>○シューズ</li> <li>○アクセサリ</li> <li>・全体の清潔感</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手指、爪をきちんと手入れしておく</li> <li>・髪は清潔にきちんと整え、好感を持たれるナチュラルなメイクアップにする</li> <li>・清潔でシワのないユニフォーム(下着の色に注意)</li> <li>・肌色に近い色のストッキング</li> <li>・清潔で動きやすいシューズ</li> <li>・アクセサリなどは身につけない</li> <li>・好感を持たれる身だしなみと、全体の清潔感を心がける</li> </ul>                                                                                                                                                                                                              |
| ③  | ボディ分析<br>(コンサルテーション)<br>20 分 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌や身体のアナリカ(採寸を含む)</li> <li>・主な目的</li> <li>・適正なプログラム</li> <li>・シートの記入状況</li> <li>・ホームケアアドバイス<br/>(スキンケア、食事、運動、生活面等)</li> <li>・運動の実践</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・お客様の施術に必要な情報を最大限に引き出し、肌や身体の状態(脂肪や筋肉の状態等)を的確に捉えて、正しく分析する</li> <li>・身体の各部位を正確に採寸する<br/>(※身長・体重はお客様の申請とする)</li> <li>・お客様の悩み・要望を反映させ、肌に即した目的となっている</li> <li>・分析の内容とトリートメントプランが合っている(適合する化粧品、特徴成分、使用すべき機器、施術目的を明確にする)</li> <li>・シートは時間内(20 分)で完成させ、適切な必要事項を漏れの無いように記入する</li> <li>・コンサルテーションは最後までお客様との対話の中で進める</li> <li>・食事、運動、生活面等のアドバイスする</li> <li>・必要とする適確な運動(種類、頻度、量等)を、実演を交えながらアドバイスする</li> <li>・対応のマナーに気を配り、コミュニケーションを図る</li> </ul> |
| ④  | お客様への準備<br>5 分               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング<br/>(ヘアターバン、ガウン、タオル等)</li> </ul>                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> <li>・髪がきれいに包み込まれ、ガウン、タオル等を施術がしやすいように準備する</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

■試験時間 1 時間 40 分(ボディ 70 分)

【ボディ No.2】

| 順序 | 科目・時間                 | 試験内容                                                                                                                                                                                                                                                                              | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑤  | ボディ機器<br>20 分         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボディ分析に基づく電気機器の選択               <ul style="list-style-type: none"> <li>○低周波           ○サクション</li> <li>○バイブレーター   ○その他</li> </ul> </li> <li>・各機器の目的、効果、禁忌事項、操作方法</li> <li>・各機器に関連する肌、身体の基本知識</li> <li>・タオル捌き</li> <li>・技術姿勢、体重移動</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌や身体の状態に対応できるよう、全ての機器を使いこなせる</li> <li>・機器は正しい操作で、安全に使用する</li> <li>・施術目的、効果、注意事項、禁忌事項を理解している</li> <li>・使用化粧品の特徴成分、効果を理解している</li> <li>・骨格、筋肉、リンパ等についての名称や位置、流れる方向等を理解している</li> <li>・低周波のパッドは 4～5 セット(8～10 枚)以上使用する</li> <li>・低周波は効果的な施術になるよう、筋肉の位置を考慮してパッドを正しくセットし、筋肉も動いている</li> <li>・バイブレーターは部位や目的にあったアタッチメントを使用し、お客様の状態に合った操作が出来ている</li> <li>・サクションは吸引しながら移動させる方法で行う</li> <li>・気配りのあるタオル捌きを行う</li> <li>・施術部位に応じて、適正な姿勢や体重移動を行う</li> </ul> |
| ⑥  | マッサージ<br>拭き取り<br>25 分 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボディ分析に基づくマッサージと拭き取り<br/>(※部位は試験官が指定する)</li> <li>・タオル捌き</li> <li>・技術姿勢、体重移動</li> </ul>                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・肌質や施術目的に適合したマッサージ料を選択し適量を使用する</li> <li>・使用する化粧品の特徴成分、効果を理解している</li> <li>・各手技の目的と効果を理解し、以下に配慮しながら、ボディ分析に基づくマッサージを行う               <ul style="list-style-type: none"> <li>○力加減   ○密着度   ○リズム   ○連続性   ○正確性   ○姿勢</li> </ul> </li> <li>・気配りのあるタオル捌きを行う</li> <li>・施術部位や手技に応じて、適正な姿勢や体重移動を行う</li> <li>・全体の技術が目的を達成するためにまとまりを持ったマッサージである</li> <li>・拭き残しがないように、きれいに拭き取る<br/>(※試験官による、拭き残しがないかのチェックが行われる)</li> </ul>                              |
| ⑦  | 衛生・消毒<br>(全体を通して)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・お客様の消毒</li> <li>・器具、用具、化粧品の消毒と衛生</li> <li>・整理整頓</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける</li> <li>・施術前に両足のくるぶしから先を消毒する</li> <li>・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・ワゴンやベッド全体が衛生的に保たれるよう、整理整頓を常に心がける</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| ⑧  | 接客<br>(全体を通して)        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客マナー</li> <li>・気配り</li> <li>・安心感</li> <li>・誘導   ・配慮</li> </ul>                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・終始、好感を持たれる接客マナー</li> <li>・常にお客様の立場に立って、素早い対応をする</li> <li>・謙虚で真摯な態度でのぞみ、安心感や信頼につなげる</li> <li>・ベッドから離れる際のお客様へのサポートや、気配りのある誘導</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| ⑨  | 口頭試問<br>(全体を通して)      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎的理論の理解度</li> <li>・技術理論の理解度</li> <li>・全体を通しての理解度</li> <li>・受け答えの態度</li> </ul>                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基礎理論を理解している</li> <li>・技術理論を理解している</li> <li>・質問に対しての受け答えのマナー、適確な回答</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## (5)ワックス脱毛

■試験時間 1 時間 40 分(ワックス脱毛 30 分)

【ワックス脱毛 No.1】

| 順序 | 科目・時間          | 試験内容                                                                                                                                                                                                                    | 施術上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①  | 事前準備           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備<br/>(器具、用具、ワックス用化粧品)</li> <li>・ワゴンのセッティング</li> <li>・ベッドメイキング</li> <li>・衛生面</li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・衛生や消毒に配慮の上、施術に必要な準備を行う</li> <li>・器具、用具、化粧品は機能的に配置し、施術がしやすいようにセッティングする</li> <li>・施術部位には、ワックス液で汚れないようシートなどを敷き、清潔感のあるセッティングをする</li> <li>・ワックスの溶解度、温度の確認</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> </ul>                                                                                                                              |
| ②  | 受験者の身だしなみ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・各部位の清潔感 <ul style="list-style-type: none"> <li>○手指・爪</li> <li>○ヘア・メイク</li> <li>○ユニフォーム</li> <li>○ストッキング</li> <li>○シューズ</li> <li>○アクセサリー</li> </ul> </li> <li>・全体の清潔感</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手指、爪をきちんと手入れしておく</li> <li>・髪は清潔にきちんと整え、好感を持たれるナチュラルなメイクアップにする</li> <li>・清潔でシワのないユニフォーム(下着の色に注意)</li> <li>・肌色に近い色のストッキング</li> <li>・清潔で動きやすいシューズ</li> <li>・アクセサリーなどは身につけない</li> <li>・好感を持たれる身だしなみと、全体の清潔感を心がける</li> </ul>                                                                                                    |
| ②  | お客様への準備        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング(ガウン、タオル等)</li> </ul>                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> <li>・タオル等が、施術がしやすいように準備を行う</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                            |
| ③  | 皮膚の消毒観察        | <ul style="list-style-type: none"> <li>(※脱毛部位は試験官が指定する)</li> <li>・皮膚の消毒</li> <li>・毛流の観察</li> </ul>                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前に施術部位ごとの消毒を行う</li> <li>・毛流を正しく観察する</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| ④  | ワックス脱毛の施術テクニック | <ul style="list-style-type: none"> <li>・パウダー塗布</li> <li>・温度チェック</li> <li>・スパチュラの使い方と取り扱い方</li> <li>・ワックスの塗布と方向</li> <li>・ペーパー(布)の剥ぎ方と方向</li> <li>・施術の効率性</li> </ul>                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手袋は消毒し、施術終了まで着用する</li> <li>・部位ごとに適量のパウダーを塗布する</li> <li>・ワックスの温度チェックは、技術者とおお客様のそれぞれの確認を行う</li> <li>・スパチュラは、一回ごとに取り替え、使い捨てとする</li> <li>・ワックスの使用量は、脱毛部位に合わせて適量をとる</li> <li>・ワックスの塗布は皮膚を張りながら、毛の流れに沿って薄く塗る</li> <li>・ペーパー(布)の剥ぎ方は肌の状態に合わせて、皮膚を張りながら、毛の流れと逆方向に、低い位置で水平に剥ぎ取る</li> <li>・ペーパー(布)を剥ぐ時は脱毛部位の広さを考慮し、効率よく行う</li> </ul> |
| ⑤  | 脱毛終了後のチェック仕上げ  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・残ったワックスの除去方法</li> <li>・ツイーザーの処理方法</li> <li>・肌の鎮静</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・新しいペーパーを使用し、残ったワックスをきれいに取り除く</li> <li>・残っている体毛を消毒したツイーザーで抜き取る</li> <li>・適切な鎮静方法を行う</li> <li>・施術部位に毛が残っていない場合、他の部分を指示する</li> </ul>                                                                                                                                                                                          |
| ⑥  | 衛生・消毒(全体を通して)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・お客様の消毒</li> <li>・器具、用具、化粧品の消毒と衛生</li> <li>・整理整頓</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・施術前や施術中の手指の洗浄と消毒を常に心がける</li> <li>・使用する器具、用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌・器具・用具に適切な消毒液を用意する</li> <li>・ワゴンやベッド全体が衛生的に保たれるよう、整理整頓を常に心がける</li> </ul>                                                                                                                                                                             |

■試験時間 1 時間 40 分(ワックス脱毛 30 分)

【ワックス脱毛 No.2】

|   |                  |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                               |
|---|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑦ | 接客<br>(全体を通して)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客マナー</li> <li>・気配り</li> <li>・安心感</li> <li>・誘導 ・配慮</li> </ul>                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・終始、好感を持たれる接客マナー</li> <li>・常にお客様の立場に立って、素早い対応をする</li> <li>・謙虚で真摯な態度で臨み、安心感や信頼性につなげる</li> <li>・ベッドから離れる際のお客様へのサポートや、気配りのある誘導</li> </ul> |
| ⑧ | ホームケア<br>アドバイス   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワックス脱毛後の諸注意</li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワックス脱毛後の注意やアドバイスを適切に行う</li> </ul>                                                                                                     |
| ⑨ | 口頭試問<br>(全体を通して) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体毛についての知識<br/>(体毛の役割、構造、発生のメカニズム等)</li> <li>・ワックス脱毛についての知識<br/>(理解度、禁忌事項等)</li> <li>・ワックスおよびワックス用化粧品についての知識(特徴、成分等)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・適確な回答</li> <li>・質問に対しての受け答えのマナー</li> </ul>                                                                                            |



## 【12】実技試験タイムスケジュール

|                                 | 時 間 割         | 科 目                                         | 時 間  |
|---------------------------------|---------------|---------------------------------------------|------|
|                                 | 9:55 ～ 10:00  | 試験官挨拶・試験官による事前説明                            | 5 分  |
| フェイシャル・マニキュア・メイクアップ<br>(2時間45分) | 10:00 ～ 10:05 | お客様への準備<br>※事前準備、受験者の身だしなみチェック時間含む          | 5 分  |
|                                 | 10:05 ～ 10:15 | クレンジング                                      | 10 分 |
|                                 | 10:15 ～ 10:45 | 肌分析(コンサルテーション)                              | 30 分 |
|                                 | 10:45 ～ 10:55 | ディープクレンジング                                  | 10 分 |
|                                 | 10:55 ～ 11:05 | フェイシャル機器                                    | 10 分 |
|                                 | 11:05 ～ 11:25 | フェイシャルマッサージ                                 | 20 分 |
|                                 | 11:25 ～ 11:40 | パック(マスク)                                    | 15 分 |
|                                 | 11:40 ～ 11:45 | 仕上げ                                         | 5 分  |
|                                 | 11:45 ～ 12:15 | マニキュア ※フェイシャル片付け・事前準備時間含む                   | 30 分 |
|                                 | 12:15 ～ 12:45 | メイクアップ ※マニキュア片付け・事前準備時間含む                   | 30 分 |
|                                 | 12:45 ～ 13:45 | 昼休憩                                         | 60 分 |
|                                 | 13:45 ～ 13:50 | 試験官による事前説明                                  | 5 分  |
| ボディ・ワックス脱毛<br>(1時間40分)          | 13:50 ～ 14:10 | ボディ分析(コンサルテーション)<br>※事前準備、受験者の身だしなみチェック時間含む | 20 分 |
|                                 | 14:10 ～ 14:15 | お客様への準備                                     | 5 分  |
|                                 | 14:15 ～ 14:35 | ボディ機器                                       | 20 分 |
|                                 | 14:35 ～ 15:00 | ボディマッサージ・拭き取り                               | 25 分 |
|                                 | 15:00 ～ 15:30 | ワックス脱毛 ※ボディ片付け・事前準備時間含む                     | 30 分 |

※試験の進行状況により変更になる場合がございます。

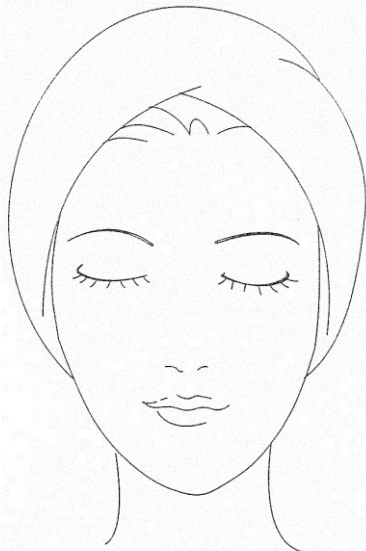
|      |     |     |       |
|------|-----|-----|-------|
| 会員番号 | — — | 記入日 | 年 月 日 |
|------|-----|-----|-------|

|      |        |           |      |     |
|------|--------|-----------|------|-----|
| フリガナ |        | 生年月日(年齢)  | 血液型  | 職業  |
| 氏名   |        | 年 月 日( 歳) | 型    |     |
| 住 所  | 〒( — ) |           | 電話番号 | ( ) |

|                        |                                                                                       |                                                    |                            |  |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------|--|
| 肌の悩み                   | 乾燥(かさつき) 透明感がない シワ たるみ ニキビ 化粧崩れ シミ ソバカス ニキビ痕<br>敏感 赤ら顔 毛細血管拡張 鼻(ブラックヘッド) キメが粗い その他( ) |                                                    |                            |  |
| 身体の悩み                  | セルライト 筋肉のたるみ ストレッチマーク 肩こり 身体の歪み むくみ<br>冷え性 肥満 サイズダウン その他( )                           |                                                    |                            |  |
| 健康状態                   | 良好 普通 不調                                                                              | 生理                                                 | 順調 不調 ( 日周期) 閉経            |  |
| 不調箇所                   | 胃腸 肝臓 心臓 呼吸器系 婦人科系 更年期障害 その他( )                                                       |                                                    |                            |  |
| 体質                     | 冷え性 貧血 肩こり 不眠 高血圧 低血圧 便秘<br>その他( )                                                    |                                                    |                            |  |
| 疲労度                    | 疲労重度 普通 疲労軽度                                                                          |                                                    |                            |  |
| 睡眠                     | 規則的 不規則 / 平均 時間 (その他の状態など )                                                           |                                                    |                            |  |
| 食生活                    | 食事                                                                                    | 規則的 不規則                                            |                            |  |
|                        | 食品傾向                                                                                  | 油分 糖分 野菜 肉類 その他( )                                 |                            |  |
|                        | 嗜好品                                                                                   | タバコ 1日 ( )本 アルコール量( ) コーヒー 1日( )杯<br>刺激物( ) その他( ) |                            |  |
| ストレス状態                 |                                                                                       |                                                    |                            |  |
| アレルギー<br>(かぶれ)<br>アトピー | 何に対して( )<br>時 期( )<br>症状・部位( )                                                        | 常用薬                                                | あり なし<br>種類( )<br>いつ頃から( ) |  |
| 既往症<br>禁忌事項<br>の確認     | あり なし<br>病名( )<br>時期( )<br>手術経験( )                                                    |                                                    |                            |  |
| 現在の<br>ホームケア<br>状況     | スキンケア                                                                                 | 朝                                                  |                            |  |
|                        |                                                                                       | 夜                                                  |                            |  |
|                        | ボディケア                                                                                 |                                                    |                            |  |
| 運動<br>その他              |                                                                                       |                                                    |                            |  |
| サロントリートメントの<br>経験      |                                                                                       |                                                    |                            |  |

スキントラブルの部位

《皮膚の状態を図に示す》



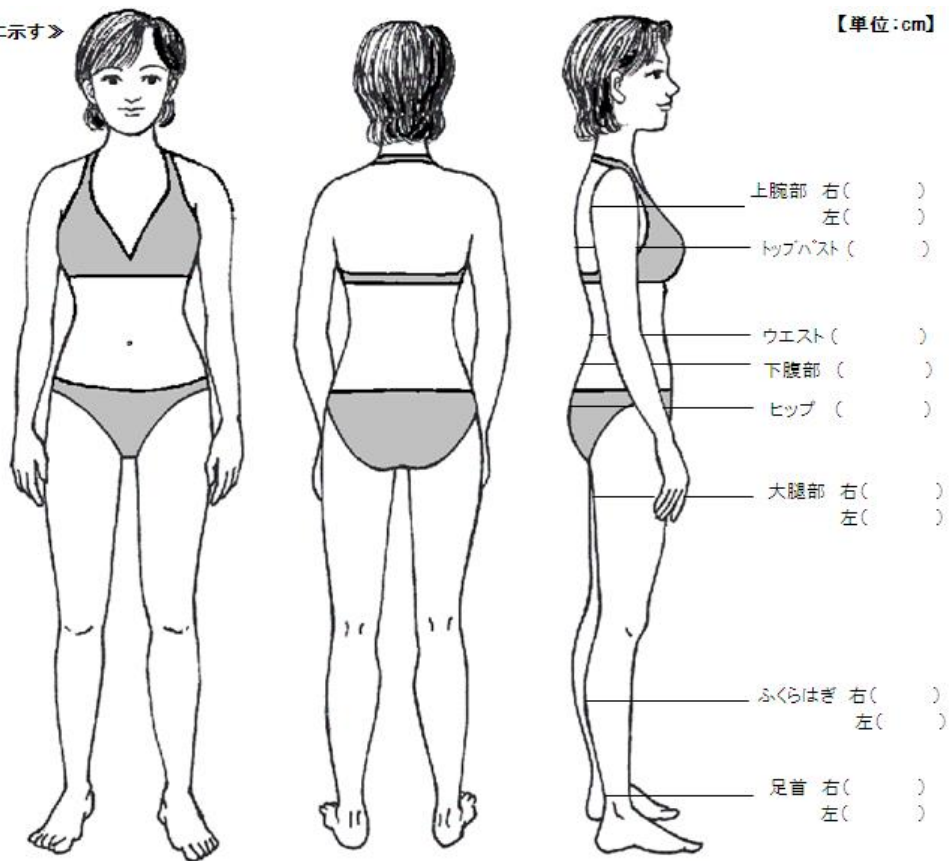
顧客の皮膚に関する情報

|                  |  |
|------------------|--|
| 皮脂量              |  |
| 水分量              |  |
| 血液循環             |  |
| 皮膚の厚み            |  |
| 皮膚のハリ            |  |
| 敏感度              |  |
| シワ               |  |
| 色素沈着             |  |
| その他              |  |
| スキントypes<br>(肌質) |  |

|                  |          |       |
|------------------|----------|-------|
| 総合判断             |          |       |
| トリートメントの<br>主な目的 |          |       |
| トリートメントプラン       |          |       |
| クレンジング           | 形状:      | 特徴成分: |
| ディープクレンジング       | 目的:      |       |
|                  | 方法:      | 特徴成分: |
| 電気機器             | 目的:      |       |
|                  | 使用機器:    | 特徴成分: |
| マッサージ            | 目的:      |       |
|                  | 主なテクニック: |       |
|                  | 形状:      | 特徴成分: |
| パック(マスク)         | 目的:      |       |
|                  | 形状:      | 特徴成分: |
| 仕上げ              |          | 特徴成分: |
| メイク              |          |       |
| ネイル              |          |       |
| ホームケアアドバイス       |          |       |
| 朝:               | 夜:       |       |
| 食事・生活面・その他:      |          |       |

《身体の状態を図に示す》

【単位:cm】



## 身体の情報

|                          |           |    |         |               |             |    |      |    |
|--------------------------|-----------|----|---------|---------------|-------------|----|------|----|
| 《トラブル》<br>身体の状態を<br>図に示す | 脂肪:       |    | セルライト:  |               | 筋肉のたるみ:     |    | 冷え:  |    |
|                          | ストレッチマーク: |    | 筋肉のこり:  |               | むくみ:        |    | いぼ:  |    |
|                          | ほくろ:      |    | 毛細血管拡張: |               | あざ:         |    | 静脈瘤: |    |
|                          | その他:      |    |         |               |             |    |      |    |
|                          |           |    |         |               |             |    |      |    |
| 身長・体重                    | 身長        | cm |         |               | 体重          | kg |      |    |
| 筋肉の張り                    | 腹部        | 良い | 普通      | 悪い            | ふくらはぎ       | 良い | 普通   | 悪い |
|                          | 臀部        | 良い | 普通      | 悪い            | 上腕          | 良い | 普通   | 悪い |
|                          | 大腿部       | 良い | 普通      | 悪い            | BMI         |    |      |    |
| 姿勢の特徴                    |           |    |         |               | 体型          |    |      |    |
| 総合判断                     |           |    |         |               |             |    |      |    |
| トリートメントの目的               |           |    |         |               |             |    |      |    |
|                          |           |    |         |               |             |    |      |    |
| トリートメントプラン               |           |    |         |               |             |    |      |    |
| 使用機器 部位・目的               |           |    |         |               | マッサージ 部位・目的 |    |      |    |
|                          |           |    |         |               |             |    |      |    |
| ホームケアアドバイス               |           |    |         |               |             |    |      |    |
| 化粧品                      |           |    |         | 食事・運動・生活面・その他 |             |    |      |    |
|                          |           |    |         |               |             |    |      |    |

## 実技試験合格に向けての対策

### 【1】試験の前にはしておくこと

- 本紙『受験要項』を熟読してください。下線を引いたり、レ印をつけながら、よく内容を確認しましょう。
- 各科目が所定の時間内に出来るように練習しましょう。  
特に、マニキュア、メイクアップは30分で完成できるように繰り返し練習すると良いでしょう。
- コンサルテーションでは、コンサルテーションシートの書き方、内容の伝え方を練習することがとても大切です。  
様々なタイプのモデルを想定して、何枚もシートを作成しておきましょう。シート作成の練習をするときは、常に時間管理を心がけてください。また、化粧品やエステティック技術、機器に関する知識についてもよく勉強しましょう。
- マニキュア、メイクアップは本番の試験と同様にモデルをベッドの上で練習をしておくの良いでしょう。
- モデルに配慮した正しい採寸の仕方を練習しましょう。
- 試験の直前には、すべての科目を通して練習してみましょう  
(フェイシャル・マニキュア・メイクアップ:2時間45分/ボディ・ワックス脱毛1時間40分)。

### 【2】試験の準備品について

- 『受験要項』を基にチェックリスト(※下図参照)を作成し、確認をしながら準備しましょう。
- 備品類は多めに用意すると良いでしょう。特にリネン類、メイク用品(ブラシ、スポンジ、パフ)、スパチュラ等は汚れたり、落としてしまったりする場合を考慮し、余分に準備すると良いでしょう。
- リネン類は清潔感のある白、または淡い色で統一すると良いでしょう。

〔準備品チェックリスト例〕

| 品 名              | 数 量 | 確 認 | メ モ             |
|------------------|-----|-----|-----------------|
| ■リネン類            |     |     |                 |
| ベッド用シーツ          | 1   | ✓   | フェイシャル・ボディ共用    |
| 上掛け用タオルケット       | 1   | ✓   | フェイシャル・ボディ共用    |
| スチームタオル(フェイシャル用) | 3   | ✓   |                 |
| タオル(ボディ用、その他)    | 9   |     | 手拭き、ターバン用…      |
| ■化粧品             |     |     |                 |
| クレンジング化粧品        | 3   | ✓   | ミルク、オイル、部分メイク用… |

※図表は一例です。技術内容により備品、数量は異なります。



### 【3】試験のモデルについて

- 同伴のモデルが所定の基準を満たさない場合、減点の対象となります。条件に合った方にモデルをお願いしましょう。
- モデルには事前に試験の内容をきちんと説明しましょう。
- 試験前日には、必ずモデルの体調の確認と、ネイル試験のためのマニキュアの塗布をしましょう。  
また、試験当日にナチュラルメイクをして来てもらうように案内をしましょう。マニキュア、メイクアップ等のモデルの準備に不足がある場合も、減点の対象になります。
- 過去に人づてにモデルの依頼をし、試験当日に初めて受験者とモデルが対面する、という事例がありましたが、このような事は大きなトラブルの原因となります。モデル準備も評価に含まれていますので、受験者が責任をもって手配をするようにしましょう。

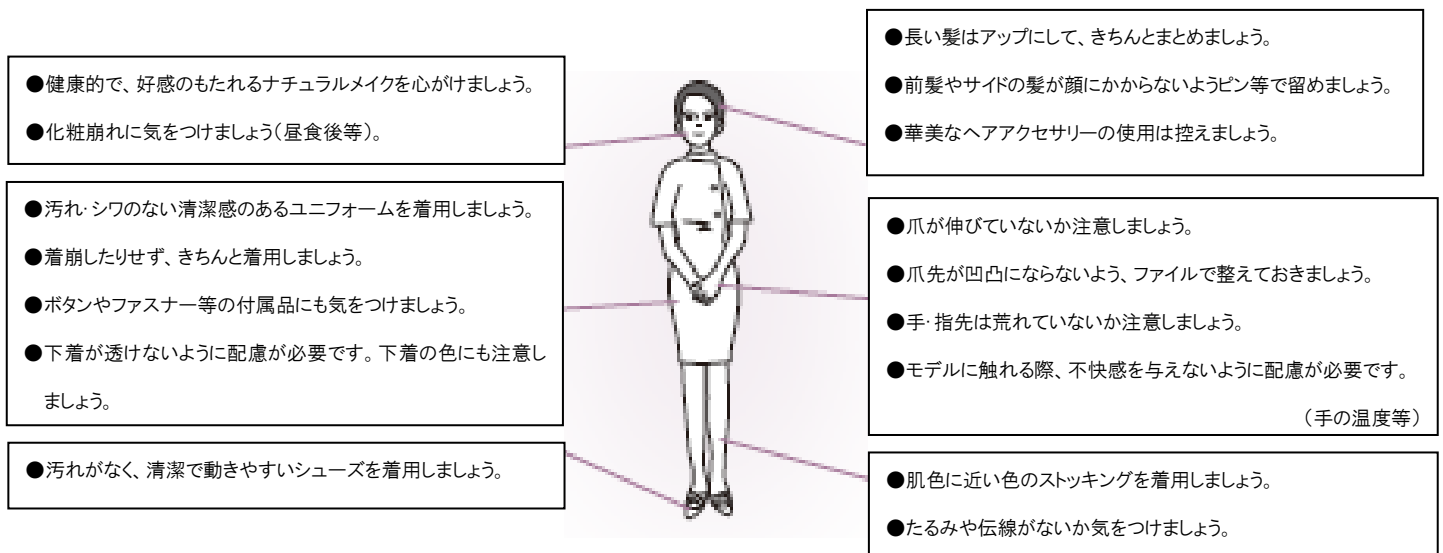
#### 【4】試験当日、事前準備のポイント

- 時間の余裕は心の余裕に繋がります。ゆとりをもって会場に向かいましょう。
- モデルが所定の時間までに会場に到着しているかどうか確認をしましょう。
- 受験者は受付が済んだら、速やかに事前準備に取り掛かりましょう。
- 備品等は使用するものだけではなく、使用するかもしれないものもすべて準備しましょう。
- 事前に使用機器の確認をしておきましょう。
- 備品等の準備が終わったら、自身の身だしなみをチェックしましょう。（※下図参照）。
- 事前準備、および受験者の身だしなみは、評価対象となりますが、しっかり準備をすれば確実な点が見込める項目です。  
整理整頓されたワゴンセッティング、シワのないベットメイキング等、客観的に見てきちんと整えられた美しい事前準備ができるように心がけましょう。

#### エステティシヤンの基本的な身だしなみ

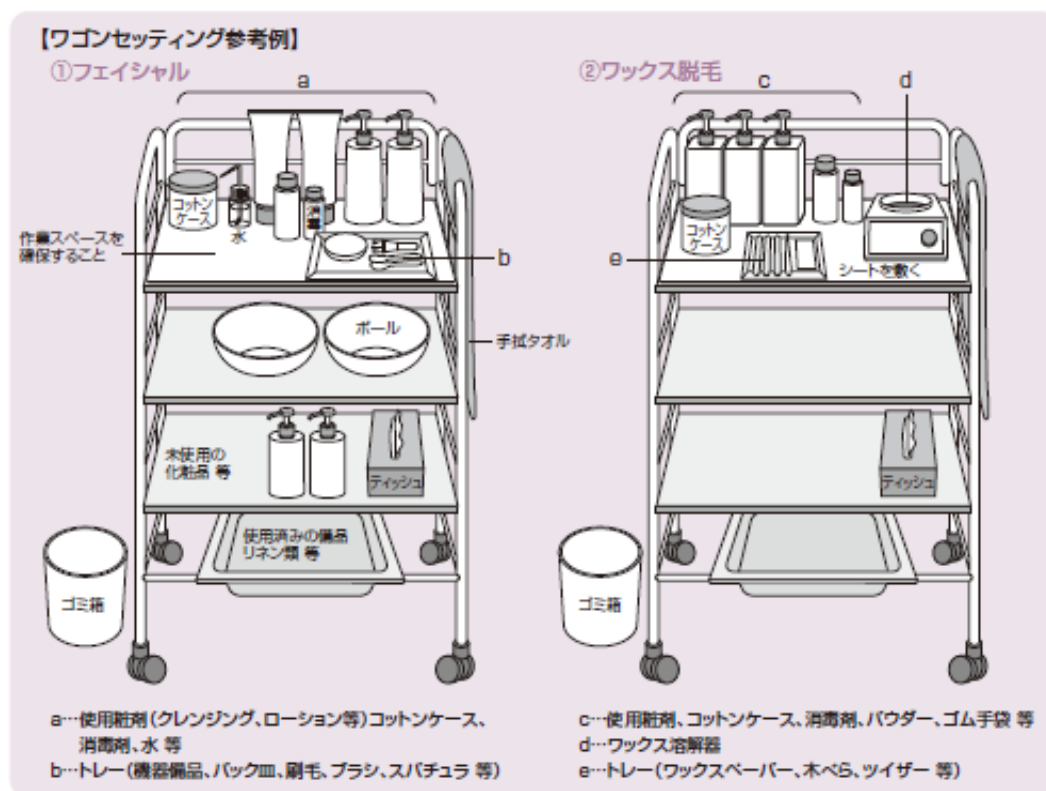
試験前には鏡等で自身の身だしなみをチェックしましょう。

また、昼休憩（昼食）後にも身だしなみに乱れがないか再度チェックしてから午後の試験に臨むと良いでしょう。



- アクセサリー類はすべてはずしましょう。
- 口臭・体臭（香水、たばこの臭い等）にも注意しましょう。
- ユニフォームがパンツ（ズボン）の時は、パンツ丈（裾が長くない）にも注意しましょう。
- ユニフォームやシューズは新品を用意する必要はありませんが、事前にきちんと手入れをして、汚れのない清潔な状態で臨みましょう。

## ワゴンセッティング参考例



- ワゴンの上にシートを敷き、その上に必要な粧剤等を並べましょう(それぞれ必要な粧剤、備品を準備します)。
- ワゴンの上段は作業が出来るスペースを確保し、中段は次に使う物など上段と入替えが出来るよう準備、下段に使用済みの物(洗い物)
- トレー等、使用前はカバーをしておきましょう。
- 衛生に配慮した準備を心掛けましょう。
- 化粧品類を内容別にケースなどに分けておくと入れ替えスムーズにできます。

※あくまで一例ですので、全く同じようにしなければならないという事ではありません。