



優 zen エステティックセラピー®のご案内

〈2019年度〉

ベーシックコースの受講条件を変更
認定上級エステティシャンと同等以上の資格保持者は
実務経験が3年未満でも受講できるようになりました

2019年2月1日

一般社団法人 日本エステティック協会

【1】優 zen エステティックセラピー®とは

優 zen エステティックセラピー®は日本のサロン現場から誕生した技術をもとに、会員の皆さまの「サロンで役立つ技術」として構築された一連の技術です。優 zen は私たち日本人が得意とするおもてなし術から生まれ、お客さまの心と体の声を技術やサービスに活かします。とてもシンプルな技法でありながら、お客さまに寄り添った高いクオリティの技術提供により、効果を実感いただき、リピートへと繋がっていきます。また、エステシヤンの体の負担も少なく、皆さまにぜひ取り入れていただきたい技術です。

【2】優 zen の特徴 ～「6つの基本理念」と「3つのトリートメント」～

優 zen には「6つの基本理念」があります。この「6つの基本理念」のもと、優 zen の技術の柱となる「3つのトリートメント」を学んでいきます。

【6つの基本理念】

- ① 深
- ② 心
- ③ 巡
- ④ 凜
- ⑤ 感
- ⑥ 和

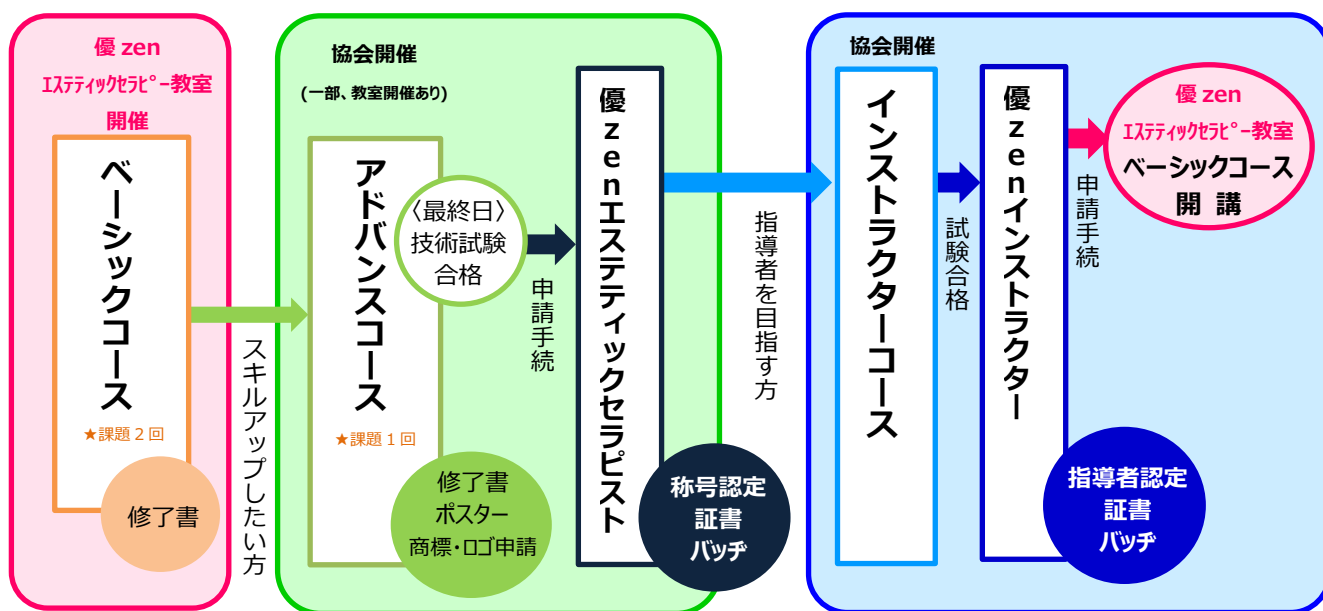


【3つのトリートメント】

- | | |
|--------|----------------------------|
| ① ゆるめる | お客さまの心と体の緊張をといてリラックスしていただく |
| ② ほぐす | さらに深く緊張をほぐしていく |
| ③ 流す | ゆるめてほぐしたものを流していく |

【3】優 zen を学ぶには ～「ベーシックコース」と「アドバンスコース」～

優 zen には「ベーシックコース」と「アドバンスコース」の2つのコースがあります。各地区の優 zen エステティックセラピー®教室においてベーシックコースで基本を学んだら、協会開催のアドバンスコースで応用力を習得して「優 zen エステティックセラピスト」を目指しましょう。アドバンスコースを続けて受講できる教室もあります。さらに「インストラクターコース」で「優 zen エステティックセラピー®インストラクター」の認定を受けると、「優 zen エステティックセラピー®教室」としてご自分のサロン等で「ベーシックコース」を開講できます。



優 zen の基本と体づくりを習得！

サロンに優 zen メニューを導入！

サロンで優 zen 教室開講！

[各コースの概要]

ステップアップ!

ステップアップ!!

	ベーシックコース	アドバンスコース	インストラクターコース	
コースの目的	優 zen エステティックセラピー®の技術者としての体づくりと優 zen の知識と基本技術を身に付けることによりお客さまに体の変化を実感していただける技術が提供できます	優 zen エステティックセラピー®のトータル的なコンセプトの理解と専用コンサルテーションシートを活用した応用的な技術を習得することにより、顧客満足度をより高める技術が提供できます	優 zen エステティックセラピー®教室としてベーシックコースの開講を目指すインストラクターの養成コースです。ベーシックコースの指導法が習得できます	
カリキュラムの概要	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 優 zen とは ◇ 自分の体を知る・作る ◇ 体の使い方・感じ方・ベッド周りの動き方 ◇ 理論 (骨格・筋肉・血液・リンパ・圧迫) ◇ 技術 (ボディ・フェイシャル) ◇ 接客のポイント 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 優 zen トータルパッケージ ◇ 優 zen 専用コンサルテーションを基にしたトリートメント ◇ ボディ・フェイシャル技術の向上 ◇ 理論 (骨格・筋肉・血液・リンパ・圧迫) ◇ サロンでの活用法 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ インストラクター心構え ◇ 優 zen 制度の概要 ◇ ベーシックコースのカリキュラムと指導計画書作成 ◇ 指導法 (理論、技術理論、エクササイズ、ボディ・フェイシャル実習、課題) ◇ 教室運営の説明 	
教材	ベーシックコーステキスト	ベーシック/アドバンスコーステキスト 専用コンサルテーションシート	ベーシックコーステキスト インストラクターコーステキスト	
課題と試験	課題提出 2 回 ※最終日に修了書授与	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 課題提出 1 回=前半の後 ◇ 技術試験=最終日 ※最終日に修了書授与 ※試験結果は後日通知、合格者は「優 zen エステティックセラピスト」申請可 	インストラクター試験=3 日目 (理論試験、実技試験、他) ※試験結果は後日通知、合格者は「優 zen エステティックセラピー®インストラクター」認定、教室申請可	
受講資格	<p>①～②をすべて満たす方</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 協会正会員または准会員 ② 認定上級エステティシャンと同等以上の資格を保持 (保持資格は問いません)、またはフェイシャルおよびボディの実務経験が通算 3 年以上 	<p>①～②をすべて満たす方</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 協会正会員または准会員 ② ベーシックコースを修了している (修了書取得者) 	<p>①～②をすべて満たす方</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 協会正会員 * 1 ② アドバンスコース修了時の試験に合格し、優 zen エステティックセラピストの認定を受けた者 	
申込先 (開催会場)	優 zen エステティックセラピー®教室 【12】参照	日本エステティック協会	一部の * 2 優 zen 教室	日本エステティック協会
日数・時間	各教室による (30 時間程度)	全 4 日間 (前・後半 2 日間) 1 日目 11-18 時 2 日目 9-17 時	各教室による (30 時間程度)	全 3 日間 (3 日目: 試験) 1 日目 11-18 時 2・3 日目 10-17 時
受講料	各教室による (協会への登録料 5,000 円(税別))	60,000 円(税別) (再: 30,000 円) (税別) * 3	各教室による (協会への登録料 5,000 円(税別))	90,000 円(税別) (再: 45,000 円(税別)) * 3 (3 日目のみ: 15,000 円(税別)) * 4
認定講師更新ポイント	コース修了 = 8 ポイント	1 日 2 ポイント (再受講 1 日 1P)	コース修了 = 8 ポイント	1 日 2 ポイント (再受講 1 日 1P)
開講日程	各教室による	2019 年 前半 7/16-17 後半 8/26-27 * 5 2020 年 前半 2/10-11 後半 3/16-17 * 5	各教室による	2019 年 5 月 20・21・22 * 5

* 1 認定 TEA 以上の資格を保持していることが望ましい

* 2 アドバンスコースを開講している教室に限ります

* 3 協会で受講する場合、過去に受講したコースは再受講となります (受講料は新規の半額)

* 4 インストラクター試験に不合格の場合は、3 日目(試験日)のみの再受講が可能です

* 5 協会で開催するアドバンスコース・インストラクターコースは申込が 4 名未満の場合は開催を見送ることがあります

【4】優 zen 受講者のメリット

- 優 zen インストラクターによる、優 zen 受講者を対象とした勉強会・イベント等への参加
- 優 zen Facebook への登録（【5】参照）
- AJESTHE 認定講師の資格更新ポイント付与
 - ◇ 優 zen 教室で受講するベーシック・アドバンスコース＝8 ポイント（修了時に付与）
 - ◇ 協会で受講するアドバンス・インストラクターコース＝1 日 2 ポイント（再受講は 1 ポイント）

【アドバンスコース受講者】 ※さらに以下のメリットがあります

- イメージポスターの付与（【6】参照）
- 専用コンサルテーションシートの購入（【7】参照）
- 優 zen 商標およびロゴマークの使用 ※要・登録サロン、申請手続（【8】参照）
- 優 zen エステティックセラピストの称号認定 ※要・申請手続（【9】参照）
※最終日の技術試験で称号認定に必要な基準に達している必要があります
- 協会での再受講（受講料は新規の半額、後半 2 日間のみ受講も可/受講料は 4 日間と同額）
- インストラクターコースの受講 ※要・優 zen エステティックセラピスト認定（【10】参照）

【インストラクターコース受講者】 ※さらに以下のメリットがあります

- 優 zen エステティックセラピー®インストラクターの認定 ※要・試験合格（【10】参照）
- 優 zen エステティックセラピー®教室開講 ※要・インストラクター認定、申請手続（【10】参照）
- 再受講（3 日間の再受講料は新規の半額、試験不合格者は 3 日目[試験日]のみの再受講も可/受講料は 15,000 円(税別))

【5】優 zen Facebook（優 zen 受講者限定）

優 zen を受講後も受講者同士で交流をはかることを目的に、優 zen 専用の Facebook が開設されています。参加登録は優 zen ベーシックコース・アドバンスコースを受講した協会会員の方限定で、申込・承認制になります。お近くの方と優 zen の勉強会を開いたり、情報交換をしたりとさまざまな場面でご利用ください。

ご登録はパソコンやスマートフォンでこちらより「会員登録氏名」「会員番号」を添えてお申込みください。

<https://www.facebook.com/groups/1144434832305573/>



※個人情報の管理などご自身の責任でご利用ください
※協会および会員に不利益になるような記載はできません

【6】優 zen イメージポスター

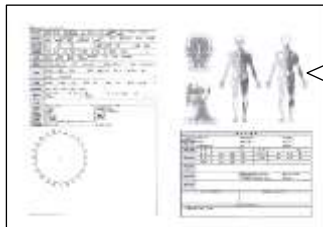
アドバンスコースを受講した方へ修了書とともにイメージポスターを差し上げます（A3 判）。



【7】優 zen 専用コンサルテーションシート

アドバンスコースを受講した方限定で、優 zen 専用コンサルテーションシートをご購入いただけます。

- 購入条件： 優 zen エステティックセラピー®アドバンスコース受講者であること
- 販売価格： 1セット 50枚 2,000円 *送料込・税別
- 購入方法： 指定の口座に料金をお振込みのうえ、別紙注文書を協会事務局へお送りください



優 zen エステティックセラピー®に必須のコンサルテーション項目が記載されより詳細にお客様の状態を把握することができます。
* A3 サイズ 2つ折り、両面印刷

【8】優 zen エステティックセラピー®の名称（商標）・ロゴマークの使用

「優 zen エステティックセラピー®」の名称は日本エステティック協会が商標登録をしています。アドバンスコースを受講した方で、協会の登録サロンの方は、申請手続きにより優 zen の名称（商標）およびロゴマークを使用することができます。サロンのパンフレットや広告、ホームページ等にご活用いただけます。

名称（商標）	ロゴマーク
優 zen エステティックセラピー®	

- 申請条件： アドバンスコースを受講し、かつ協会登録サロンであること
「優 zen エステティックセラピー®ロゴ使用規則」を遵守すること
- 使用料： 5,000円（税別） *初年度1回のみ必要

【9】優 zen エステティックセラピスト

アドバンスコースを受講し技術試験に合格した方は、申請手続きにより「優 zen エステティックセラピスト」の称号認定を受けることができます。「優 zen エステティックセラピスト」の認定証とバッジが授与されます。

- 申請条件： アドバンスコースを受講し、講座内で実施される技術試験に合格すること
- 認定料： 10,000円（税別）
- 申請方法： 「優 zen エステティックセラピスト申請書」を協会事務局へお送りし、同時に認定料を指定の口座へお振込みください。認定証およびバッジをお送りいたします。



証書（A4判）～2017年度より新デザイン～



バッジ（1.5cm×6cm）

【10】優zen エステティックセラピー®インストラクター

～「優zen エステティックセラピー®教室」で優zen の魅力を広める～

優zen の指導者を目指す方は、優zen エステティックセラピストになってインストラクターコースを受講しましょう。試験合格により「優zen エステティックセラピー®インストラクター」に認定されると、「優zen エステティックセラピー®教室」としてご自分のサロンやスクールなどで、「ベーシックコース」を開講することができます。優zen エステティックセラピー®を習得することで、エステティシャンから指導者としてキャリアアップにつながります。

- インストラクター認定条件：インストラクターコースを受講し
講座 3 日目の試験に合格すること



証書 (A4 判)



バッヂ (11mm×25mm)

- 教室申請条件：優zen エステティックセラピー®インストラクターまたは優zen エステティックセラピー®講師であり
別途定める基準を満たし、所定の申請書類を出すこと
(詳細は協会事務局へお問合わせください)
- 教室認定料：30,000 円 (税別) ※初回申請時のみ
- 登録期間：4 月 1 日～翌年 3 月 31 日 (1 年ごとに更新)



教室証書 (A4 判)

【11】ご参考：優zen エステティックセラピー®テキストのご紹介

テキスト (バインダー式)



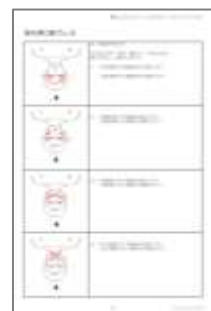
理論編 / 技術編



ベーシック ボディ



フェイシャル



【12】ベーシックコースのお申込みについて（優 zen エステティックセラピー®教室）

ベーシックコースは、各地区の優 zen エステティックセラピー®教室で受講できます。ベーシックコース修了後にアドバンスコースを受講できる教室もあります。教室では協会から認定された優 zen エステティックセラピー®講師やインストラクターが、受講者お一人おひとりのレベルや希望にあわせてきめ細やかな指導を行います。遠方の場合には出張講座もあります。より身近な環境でしっかりと優 zen を学ぶことができます。

【受講方法】

Step 1 教室を選ぶ

◇ 以下の一覧表からお近くの教室を選んでください

Step 2 教室へ「ベーシックコース」の受講申込みをする

◇ 開講スケジュールや受講料を確認し、申込みをしてください
◇ 申込みには協会会員番号が必要です

Step 3 受講開始

◇ 教室にてベーシックコースを受講してください
◇ ベーシックコースでは、協会発行のテキストが使用されます
◇ カリキュラムには、2回の課題実践が含まれます

Step 4 「ベーシックコース」修了

◇ 所定のカリキュラムを修了すると「ベーシックコース修了書」が授与されます
◇ 「アドバンスコース」に進みましょう


【2018年度 優 zen エステティックセラピー®教室】 ※詳細は各教室にお問合せください

教室名	講師/インストラクター	所在地	TEL	Eメール/ホームページ	備考
ラ・マルメゾン アロマビューティスクール	野松 慶子	東京都世田谷区	03-3709-8782	info@la-malmaison.jp http://www.la-malmaison.jp	アドバンス有
エステ サロン ひだまり	藤田 佐知子	埼玉県北本市	080-2064-0585	info@esute-hidamari.ciao.jp http://esute-hidamari.amebaownd.com	アドバンス有
precious	安藤 咲子	愛知県名古屋市緑区	052-896-1455	office@precious-sakiko.com http://www.precious-sakiko.com	出張講座 応相談※1
ダブルバイセプス	松原 順子	愛知県春日井市	090-4856-4494	w.biceps.jm.2018@gmail.com	出張講座 応相談※1
エステルーム ヌー	岡島 里美	岐阜県岐阜市	058-277-5162	nu-esthe@adagio.ocn.ne.jp http://www.nu-esthe.com	出張講座 応相談※1
クラシーフ	市川 広美	岐阜県岐阜市	058-234-4885	kuraseefu@gmail.com http://kuraseefu.com	出張講座 応相談※1
HIIRA'S TREAT	平井 加壽紀	岐阜県高山市	0577-35-2306	hiirastreat@ezweb.ne.jp http://hiiras.com	アドバンス有 出張講座 応相談※1
AJESTHE 登録教室 マキシム	吉川 育美	香川県高松市	0120-023-469	makishimu.yoshikawa@gmail.com	出張講座 応相談※1
MBC コンディショニングスクール	岩橋 香苗	福岡県福岡市博多区	092-600-1610	info@mbc-condition.com http://mbc-condition.com	アドバンス有 出張講座 応相談※1

(敬称略 / 2019年4月1日現在 *最新版は協会ホームページにてご確認ください)

※1 「出張講座」とは、講師/インストラクターが受講者の要望に応じて、受講者のサロン等に出向いてコースを開催する方法です
受講料・協会への登録料のほか、講師派遣費用がかかります
次の設備が必要です：エステティック施術室（衛生管理がされていること）・ベッド・スツール・ワゴン・タオル蒸し器・机・イス
(詳細は教室へお問合せください)

【13】協会で開催するアドバンスコース・インストラクターコースのお申込みについて

- ① 本紙 P3 にて、受講資格をご確認いただき(会員登録・実務経験・保持資格等)、下記「受講申込書」に必要事項をご記入のうえ、FAX(03-3234-8498)または E メール (btc@ajesthe.jp)、郵便にて協会事務局へお送りください。
- ※ こちらからスマートフォンでもお申込みいただけます → 
- ※ **最終締切は開催日 1 カ月前まで**です
- ※ 申込人数が 4 名に満たない場合は中止の場合があります
- ② 開催決定後、詳細のご案内(持参物・会場案内図・受講料等)を会員登録住所へご郵送いたします(開催日 1 カ月前までに送付)。期日までに受講料をお振込みください。

【会 場】 一般社団法人 日本エステティック協会 研修センター (東京都千代田区麹町)

[持参物] 大判バスタオル、ガウン(ご自分用)、フェイスタオル、バスタオル、マッサージ用オイル
クレンジング・洗顔化粧品・スキンケア化粧品・メイクアップ化粧品(ご自分用)
消毒剤、ユニフォーム、施術用シューズ、筆記用具、インナー、ゴミ袋、その他備品類

[優 zen エステティックセラピー®に関するお申込み・お問合わせ先]
一般社団法人 日本エステティック協会 事務局 (優 zen 担当)
TEL: 03-3234-8496 FAX: 03-3234-8498
Eメール: btc@ajesthe.jp
〒102-0083 東京都千代田区麹町 3-2-6 垣見麹町ビル 4F

一般社団法人 日本エステティック協会(優 zen 担当) 行

FAX : 03 - 3234 - 8498

優 zen エステティックセラピー® 受講申込書 (協会開催 アドバンスコース・インストラクターコース)

申込日: 20 年 月 日

ふりがな				会員 番号	- - *要・会員登録
会員氏名					
日中の連絡先	TEL			携帯	
Eメール	*パソコンからのEメールを受信可能なアドレスを記入してください				
コース名	日 程			申込 コース	再受講の方は 下記も記入してください
	開催年	前 半	後 半		
アドバンスコース *ベーシックコース修了者対象	2019年	7/16(火)・17(水)	8/26(月)・27(火)		()4日間受講する
	2020年	2/3(月)・4(火) 2/10(月)・11(火)	3/16(月)・17(火)		()後半2日間のみ
インストラクターコース *優 zen エステティックセラピー®対象 *要・認定エステティシャン資格	2019年	5/20(月)・21(火)・22(水)			()3日間受講する ()3日目の試験のみ
[連絡事項]					最終締切 開催日 1カ月前

※ 恐れ入りますが、本紙を切り取りまたはコピーのうえ、ご使用ください

※ 申込書記載の個人情報は協会個人情報保護方針に基づき適正な管理を行い、講座の運営の際にのみ使用いたします