

JEO 認証 AJESTHE 認定上級エステティシャン試験  
受験要項  
〔2026年度 一般試験〕



一般社団法人  
日本エステティック協会



〔目 次〕

<b>AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 概要</b>	.....	<b>4</b>
【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】 受験資格		
【5】 受験料および資格更新		
【6】 不合格の場合の再受験について		
【7】 合格証書およびディプロマ・バッヂ付与について		
<b>AJESTHE 認定上級エステティシャン筆記試験 概要</b>	.....	<b>5</b>
【1】 開催日時		
【2】 開催地区		
【3】 出題範囲		
【4】 試験時間		
【5】 問題数		
【6】 出題形式		
【7】 合格基準		
【8】 合否判定		
【9】 合否通知		
【10】 実技試験説明会について		
<b>AJESTHE 認定上級エステティシャン実技試験 概要</b>		
【1】 実技試験のながれ	.....	<b>6</b>
【2】 開催地区・日程		
【3】 試験科目		
【4】 試験時間		
【5】 合格基準	.....	<b>7</b>
【6】 合否判定		
【7】 合否通知		
【8】 再受験規定		
【10】 モデル基準	.....	<b>8</b>
【11】 準備物	.....	<b>9</b>
【12】 実技試験の流れおよび実施方法		
(1) フェイシャル	.....	<b>10</b>
(2) マニキュア	.....	<b>13</b>
(3) メイクアップ	.....	<b>14</b>
(4) ボディ	.....	<b>15</b>
(5) ワックス脱毛	.....	<b>17</b>
【13】 実技試験タイムスケジュール	.....	<b>19</b>
■ コンサルテーションシート (フェイシャル・ボディ)	.....	<b>20</b>
■ 実技試験合格に向けての対策	.....	<b>28</b>

# AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 概要

## 【1】認定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、1,000 時間以上コースまたは CIDESCO 国際認定校コース(1,200 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に加え、カウンセリング力とホスピタリティ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、1,000 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に加え、カウンセリング力とホスピタリティ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】受験資格

- ① 認定エステティシャン資格取得後 2 年以上、または通算 5 年以上の実務経験を有する認定エステティシャン資格者
- ② 認定校 300 時間以上コースを修了し、認定エステティシャン資格取得後 2 年以上の実務経験を有する者
- ③ 認定校 1,000 時間以上コースまたは CIDESCO 国際認定校コース（1,200 時間以上）を修了した者

※①～③いずれも協会正会員または普通会员であること

## 【5】受験料および資格更新

- ① 受験料：筆記試験 11,000 円(税込)  
実技試験 22,000 円(税込) / 実技再試験 1 科目につき 5,500 円(税込)
- 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

## 【6】不合格の場合の再受験について

不合格科目の再受験可

## 【7】合格証書およびディプロマ・バッジ付与について

- 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 認定資格ディプロマ(認定証)
- ③ 認定資格バッジ

# AJESTHE 認定上級エステティシャン筆記試験 概要

## 【1】開催日時

2026年5月16日(土) 10時30分～12時00分(90分間)

## 【2】開催方法

オンライン実施 ※受験方法の詳細については申込み後案内

## 【3】出題範囲

- ① 『新エステティック学(第2版)』 理論編Ⅰ～Ⅲ、技術編ⅠおよびⅡ
- ② 『AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 筆記試験例題集(第6版)』
- ③ 試験問題の90%は『AJESTHE 認定上級エステティシャン試験 筆記試験例題集(第6版)』より出題。  
それ以外の10%は時事問題(感染症対策等)、または応用問題(『新エステティック学(第2版)』学習範囲内)が出題される。

## 【4】試験時間

90分間

## 【5】出題数

100問(100点満点)

## 【6】出題形式

マークシート形式(四肢択一)

## 【7】合格基準

70%以上の正答を合格とする

## 【8】合否判定

AJESTHE 認定上級エステティシャン試験合否判定会議において審議のうえ決定する

## 【9】合否通知

2026年6月上旬通知予定

## 【10】実技試験説明会について

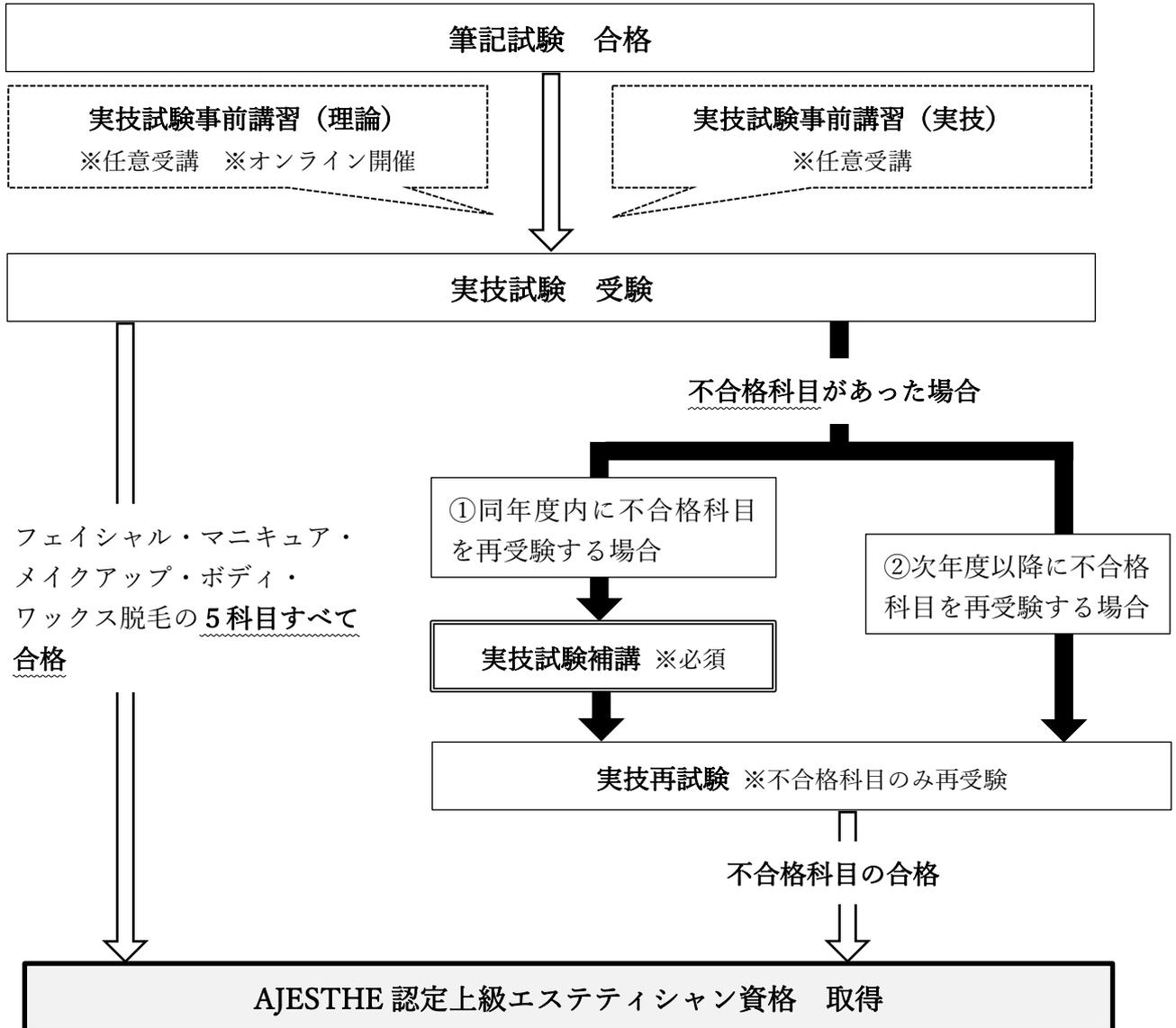
筆記試験受験と同年度に実技試験受験を希望する場合、筆記試験と同日(筆記試験終了後)に開催される「**実技試験説明会**」に**必ず出席すること**

※「実技試験説明会」不参加の場合、同年度内の実試験受験不可

※アーカイブ配信のみの受講は認められないため注意(開催当日の参加必須)

# AJESTHE 認定上級エステティシャン実技試験 概要

## 【1】実技試験の流れ



## 【2】開催地区・日程

- ① 開催地区 : 東京会場・大阪会場 ※受験者の出願状況により会場は変更になる場合があります
- ② 開催日程 : 2026年8月上旬～中旬開催予定 (決定次第案内)

## 【3】試験科目

フェイシャル・マニキュア・メイクアップ・ボディ・ワックス脱毛 (全5科目)

## 【4】試験時間

午前試験 (3時間) : フェイシャル 120分/マニキュア 30分/メイクアップ 30分

午後試験 (2時間5分) : ボディ 95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

AJESTHE 認定上級エステティシャン試験合否判定会議において審議のうえ決定する

## 【7】合否通知

2026年8月下旬～9月上旬通知予定

## 【8】再受験規定

- ① 実技試験において合格となった科目は再受験不要とする
- ② 実技試験において不合格となった科目は同年度または次年度以降に開催される実技再試験において再受験ができる

## 【9】実技試験補講

- ① 実技試験の不合格科目を同年度内に再受験する場合は、実技試験補講の受講を必須とする  
(2026年度より制度改定)
- ② 実技試験の不合格科目を次年度以降に再受験する場合は、実技試験補講の受講は必須ではないが任意で受講することが出来る
- ③ 開催地区・日程  
開催地区：東京会場・大阪会場 ※受験者の出願状況により会場は変更になる場合があります  
開催日程：2026年9月開催予定(決定次第案内)

### <任意受講の各講座について>

#### ■実技試験事前講習(理論)

講習内容 エステティック機器、コンサルテーションを中心に技術理論の講義を行います。講習はオンラインでの開催とし、当日受講いただいた後にアーカイブ視聴も可能です。※講習当日の受講必須(アーカイブのみの視聴不可)

開催日程 2026年6月開催予定(2日間)

#### ■実技試験事前講習(実技)

講習内容 実技試験実施の流れを理解したうえで技術を行い、合格基準に満たない部分等について確認が出来る実技講習です。実技試験官の担当経験のある講師よりフィードバックも受けられます。

開催地区 東京会場・大阪会場 ※受講申込み状況により会場は変更になる場合があります

開催日程 2026年7月中旬～下旬開催予定

※いずれの講習も開催日程が決まり次第、改めてご案内いたします。

**【10】モデル基準** ※モデルに不備がある場合、減点対象となります

- ① 18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、爪の病気がある、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、まつ毛パーマをしているなど
- ③ フル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やラメ入りのアイシャドウは使用不可
  - ★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 脱毛可能な皮膚状態であること（事前チェックあり）
- ⑥ コンタクトレンズ、貴金属（アクセサリ、時計等）を外すこと

## 【11】 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 筆記用具</li> <li>■ タオル（スチームタオル用・ベッド用等一式） ※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）</li> <li>■ 消毒液</li> <li>■ グローブ（手指、皮膚に問題がある場合は着用）</li> </ul>
(2) フェイシャル	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ フェイシャルトリートメント用化粧品一式 ※様々な肌の状態に対応できるよう、タイプの異なる化粧品を数種類用意すること（詰替え不可） ※配合成分、使用方法を理解した化粧品</li> <li>■ 器具、用具一式</li> <li>■ 機器トリートメントに必要な化粧品</li> </ul>
(3) マニキュア	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ マニキュアに必要なプロ仕様の用具、化粧品一式</li> </ul>
(4) メイクアップ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ メイクアップに必要なプロ仕様の用具、化粧品一式</li> </ul>
(5) ボディ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ メジャー、電卓</li> <li>■ 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）</li> <li>■ ボディマッサージ用化粧品（オイル、クリーム、ジェルなど） ※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 ※配合成分、使用方法を理解した化粧品</li> <li>■ 器具、用具一式</li> <li>■ 機器トリートメントに必要な化粧品</li> </ul>
(6) ワックス脱毛	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ワックス脱毛に必要な器具、用具・ワックス用化粧品一式</li> <li>■ 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）</li> <li>■ ツイーザー（先の尖っていないもの）</li> </ul>
(7) モデル用	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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） ※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</li> <li>■ スリッパ、ペーパーシューズおよびペーパーブラジャー、ターバンなど</li> </ul>
(8) 受験者用	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ユニフォーム ※清潔でシワがなく、汚れがよく確認できる色であること ※下着の色に注意 ※認定校名・サロン名を隠す必要は無い</li> <li>■ エステシューズ ※清潔で動きやすいもの</li> <li>■ その他 ※手指、爪、ヘア、メイクアップ、アクセサリー、ストッキングなども考慮すること</li> </ul>
(9) その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ワゴンに置ける時計 ■ 昼食 ■ ゴミ袋 ■ バインダー</li> <li>■ その他ご自身で必要と思われるもの</li> </ul>
(10) 会場準備物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 以下の物は会場で準備</li> <li>■ ベッド ■ スツール ■ ワゴン ■ フェイシャル機器 ■ ボディ機器</li> <li>■ タオル蒸器</li> <li>■ コンサルテーションシート（フェイシャル・ボディ）</li> </ul>

※会場準備物以外の備品類は一切貸出しいたしません

※忘れ物などがあると試験を受けられない場合がありますので、くれぐれもご注意ください

## 【12】実技試験の流れおよび実施方法

### (1) フェイシャル

■フェイシャル試験時間 120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 (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>・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  ビフォー カウンセリング ～ トリートメントプラン ～ クレンジング ～ 肌確認 45分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング (ヘアターバン、ガウン、タオル等)</li> <li><b>*お客様はデイメイクをしている</b></li> <li><b>*椅子にかけた状態、またはベッドの背もたれを立てて座った状態で行う</b></li> <li>・情報収集、肌悩み確認</li> <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>・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> <li>・肌状態の確認</li> <li>・トリートメントプラン再確認</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> <li>・コンサルテーションシートはお客様との対話の中で進める</li> <li>・お客様の施術に必要な情報を最大限に引き出す (肌の悩み、健康状態、疲労度、睡眠、食生活、ストレス状態など)</li> <li>・肌の状態を適確に捉える(聴いて、見て、触れて確認)</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こと</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 (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>・トリートメントプラン作成の目安は30分程度とする</li> <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>・拭き取りはデコルテまで行う</li> <li>・拭き残しがないようにクレンジングする(10分程度を目安とする)</li> <li>・クレンジング後の肌を確認しトリートメントプラン内容を再確認する</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>

順序	科目・時間	試験内容	施術上の留意点						
			<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>						
④	拭取り確認	* 拭き残しがないか確認される	* 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						
⑤	ディープ クレンジング  25分	・肌分析に基づくクレンジング方法の選択 ・各方法の目的、効果、禁忌事項等 ○ブラシクレンジング ○角質除去 <table style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td style="font-size: 2em;">}</td> <td>粒子入り</td> </tr> <tr> <td></td> <td>粒子なし</td> </tr> <tr> <td></td> <td>酵素入り</td> </tr> </table> ○スチーマー    ○吸引 ○エレクトロクレンジング(電気洗浄) ○その他	}	粒子入り		粒子なし		酵素入り	・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 ・部分だけでなく、顔と首を行う ・肌の状態に合わせて、2種類以上使用しても良い ・目的、効果、特徴成分、注意事項、禁忌事項等を理解する ・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 ・機器は正しい操作で、安全に使用する
}	粒子入り								
	粒子なし								
	酵素入り								
⑥	フェイシャル 機器  20分	・肌分析に基づく電気機器の選択 ・各機器の目的、効果、禁忌事項、操作方法 ・各機器に関連する肌の基本的知識 ○イオンフォレーゼ ○パター ○その他	・肌質別に対応できるように、全ての機器を使いこなせる ・機器は正しい操作で、安全に使用する ・使用化粧品の特徴成分、効果を理解している ・施術目的、効果、注意事項、禁忌事項を理解している ・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						
⑦	マッサージ (手技) 20分	・肌分析に基づき目的に対応したフェイシャルマッサージ ・拭き取り	・マッサージは顔～デコルテまでを行う(15分以上) ・肌質に適したマッサージ料を選択し、適量使用する ・使用する化粧品の特徴成分、効果を理解している ・各手技の目的と効果を理解し、以下に配慮しながら、肌質に適したマッサージを行う ○力加減 ○密着度 ○リズム ○連続性 ○正確性 ○姿勢 ・骨格、筋肉、血液やリンパ液の流れを理解している ・全体の技術にまとまりがあり目的を達成させられるマッサージである						
⑧	パック (マスク) 15分	・肌分析に基づくパック料の選択 ・ムラのない塗布方法 ・手早く拭き残しのない除去方法	・パックの種類、特徴成分、効果について理解している ・パックは鎖骨下2～3cm ぐらいまで塗布する ・各部位の肌質に合わせて塗り分ける ・適量を均一の厚さに、塗り残しがないように塗布する(コスト意識を持つ) ・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 ・透明なパックを全体に使用するの、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) ・塗布後にアイパッドをのせる ・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						

順序	科目・時間	試験内容	施術上の留意点
⑨	仕上げ (整肌) 5分	<ul style="list-style-type: none"> <li>化粧品への適合性</li> <li>目的に応じた肌の仕上がりに</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>
⑩	アフター カウンセリング 10分	<p>* 椅子にかけた状態、またはベッドの背もたれを立てて座った状態で行う</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>目的に応じた肌の仕上がりに</li> <li>ホームケアアドバイス</li> <li>誘導(案内)</li> <li>片付け(簡単な整理整頓)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トリートメント後の肌の仕上がりは、モデルの悩みと目的を考慮しながら説明ができています</li> <li>ホームケアの適切なアドバイスができる</li> <li>次回の提案ができています</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> <li>ベッドやワゴンなどがきれいに整理されている</li> </ul>
⑪	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>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 (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 (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

■ マニキュア試験時間 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 (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> <li>・カラーポリッシュはラメやパールの入っていない発色のよい濃い色を数色用意する</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>・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>・ウッドスティックは汚れの無いものを用意する</li> <li>・肌、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> <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>・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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誘導(案内)</li> <li>・セッティング</li> <li>・ペーパータオルを敷く</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> </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>・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> </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 [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>・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 (全体を通して)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・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>・使用する用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌、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 (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>
⑦	口頭試問 (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、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

■メイクアップ試験時間 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 (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>・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、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>・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イメイクアップの仕上がりイメージの適合性 [例:キュート、エレガント等]</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(コンシーラー、コントロールカラー、パウダーを含む)</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> </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する</li> <li>・眉毛処理を必要とする場合はツイ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、スクリュープブラシ、パフ等は数個用意し、衛生面を考慮して再使用は避ける</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 (全体を通して)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・技術者の消毒</li> <li>・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>・使用する用具の消毒と化粧品の衛生を心がける</li> <li>・肌、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 (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>
⑦	口頭試問 (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

■ボディ試験時間 95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 (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>・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 ～ ビフォー カウンセリング ～ トリートメントプラン ～ 身体の分析 ～ 確認  35分	<p><u>*モデルは椅子に座り行う</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・情報収集、身体の悩み確認</li> <li>・肌や身体の分析力</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>・肌や身体分析(採寸)の際にはモデルに立って頂く</li> <li>またベッドに誘導案内し確認する</li> <li>・トリートメントプラン再確認</li> <li>・セッティング (ヘアターバン、ガウン、タオル等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <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>・お客様の施術に必要な情報を最大限に引き出す (肌の悩み、健康状態、疲労度、睡眠、食生活、ストレス状態など)</li> <li>・肌や身体の状態(脂肪や筋肉など)を適確に捉え、正しく分析する</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> <li>・身体各部位を正確に採寸する (※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、身体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>・トリートメントプラン作成の目安は30分程とし、適切な必要事項を漏れの無いように記入する</li> </ul> <p><u>*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</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <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> <li>・明るい表情や言葉で心のこもった対応をする</li> </ul>

順序	科目・時間	試験内容	施術上の留意点
④	ボディ機器 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</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>○低周波           ○サクション</li> <li>○その他</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>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>
⑤	マッサージ 拭き取り 25分	<ul style="list-style-type: none"> <li>ボディ分析に基づき目的に対応したマッサージと拭き取り</li> <li>お客様の悩みの部位を行う (部位は試験官が指定する場合もある)</li> <li>タオル捌き</li> <li>技術姿勢、体重移動</li> <li>悩みの部位に合わせて仕上げる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肌質や施術目的に適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(20分以上)</li> <li>○力加減 ○密着度 ○リズム ○連続性 ○正確性 ○姿勢</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</li> <li>悩みの部位に合わせた化粧品で整肌する</li> </ul>
	拭き取り確認	*拭き残しがないか確認される	*試験官による、マッサージ料の取り残しがないかのチェックが行われる
⑥	仕上げ 5分	<ul style="list-style-type: none"> <li>悩みの部位に合わせて仕上げる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>悩みの部位に合わせた化粧品で整肌する</li> </ul>
⑦	アフター カウンセリング 10分	<ul style="list-style-type: none"> <li>*椅子にかけた状態、またはベッドの背もたれを立てて座った状態で行う</li> <li>目的に応じた身体の仕上がり</li> <li>ホームケアアドバイス</li> <li>誘導(案内)</li> <li>片付け(簡単な整理整頓)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トリートメント後の身体の仕上がりは、モデルの悩みと目的を考慮しながら説明ができています</li> <li>ホームケアの適切なアドバイスができる(食事、運動、生活面など)</li> <li>必要とする的確な運動(種類、頻度、量など)は実践を交えながらアドバイスする</li> <li>次回の提案ができています</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> <li>ベッドやワゴンなどがきれいに整理されている</li> </ul>

順序	科目・時間	試験内容	施術上の留意点
⑧	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>・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>
⑨	接客 (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>
⑩	口頭試問 (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

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、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>・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(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>
④	皮膚の消毒観察	<p>(脱毛部位は試験官が指定する)</p> <ul style="list-style-type: none"> <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>

順序	科目・時間	試験内容	施術上の留意点
⑤	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> <p>※30分間で施術を行う脱毛部位は、<u>両膝下(膝を含む)から足先までの表裏</u>を目安とする</p>	<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>
⑥	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>
⑦	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>
⑧	接客(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>
⑨	ホームケアアドバイス	<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>
⑩	口頭試問(全体を通して)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体毛についての知識(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(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>

### 【13】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
3時間 (180分) フェイシャル・マニキュア・メイクアップ	10:00 ~ 10:45	お客様への準備	45分
		ビフォーカウンセリング	
		トリートメントプラン	
		クレンジング	
	10:45 ~ 11:10	ディープクレンジング	25分
		フェイシャル機器	
	11:10 ~ 11:30	フェイシャルマッサージ	20分
	11:30 ~ 11:45	パック (マスク)	15分
	11:45 ~ 11:50	仕上げ	5分
	11:50 ~ 12:00	アフターカウンセリング	10分
12:00 ~ 12:30	マニキュア ※フェイシャル片付け・事前準備時間含む	30分	
12:30 ~ 13:00	メイクアップ ※マニキュア片付け・事前準備時間含む	30分	
	13:05 ~ 13:55	昼休憩	45分
	13:55 ~ 14:00	試験官による事前説明	5分
2時間5分 (125分) ボディ・ワックス脱毛	14:00 ~ 14:35	ビフォーカウンセリング	35分
		トリートメントプラン	
		お客様への準備	
		身体の分析	
	14:35 ~ 14:55	ボディ機器	20分
	14:55 ~ 15:20	ボディマッサージ・拭き取り・拭き取り確認	25分
	15:20 ~ 15:25	仕上げ	5分
	15:25 ~ 15:35	アフターカウンセリング	10分
15:35 ~ 16:05	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。



一般社団法人 日本エステティック協会

AJESTHE認定上級エステティシャン資格取得試験用

# Consultation Sheet

## FACIAL

- (1)本シートはAJESTHE認定上級エステティシャン実技試験において、受験者が技術内容を理解するための技術的記録、肌状態やトリートメント選択の根拠の記録です。
- (2)本シートの記録内容はエステティック教育に基づく技術的記録であり、化粧品およびエステティック技術の効果・効能を保証するものではありません。
- (3)本シートでご提供いただく個人情報は、試験運営の目的に限り利用します。  
ご提出いただいた個人情報を本人の同意なしに第三者へ開示することは原則としてありません。  
個人情報の取扱いにあたっては、安全管理が図られるよう十分に配慮します。

上記の内容について、担当試験官または受験者本人より確かに説明を受けました。

年 月 日

モデル氏名(自署)

会員番号	E - -	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 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( )			
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 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 刺激物( ) その他( )		
ストレス状態				
アレルギー (かぶれ) アトピー	何に対して( ) 時期( ) 症状・部位( )	常用薬	あり なし 種類( ) いつ頃から( )	
既往症 禁忌事項 の確認	あり なし 病名( ) 時期( ) 手術経験( )			
現在の ホームケア 状況	スキンケア	朝		
		夜		
	その他			
サロントリートメントの 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	
スキンタイプ (肌質)	

<b>総合判断</b>		
<b>トリートメントの 主な目的</b>		
<b>トリートメントプラン</b>		
<b>クレンジング</b>	形状:	特徴成分:
<b>ディープクレンジング</b>	目的:	
	方法:	特徴成分:
<b>電気機器</b>	目的:	
	使用機器:	特徴成分:
<b>マッサージ</b>	目的:	
	主なテクニック:	
	形状:	特徴成分:
<b>パック(マスク)</b>	目的:	
	形状:	特徴成分:
<b>仕上げ</b>		特徴成分:
<b>メイク</b>		
<b>ネイル</b>		

アフターカウンセリング



肌の確認		
ホームケアアドバイス		
朝:	夜:	
食事・生活面		
来店について		
その他		



一般社団法人 日本エステティック協会

AJESTHE認定上級エステティシャン資格取得試験用

# Consultation Sheet

## BODY

- (1)本シートはAJESTHE認定上級エステティシャン実技試験において、受験者が技術内容を理解するための技術的記録、肌状態やトリートメント選択の根拠の記録です。
- (2)本シートの記録内容はエステティック教育に基づく技術的記録であり、化粧品およびエステティック技術の効果・効能を保証するものではありません。
- (3)本シートでご提供いただく個人情報は、試験運営の目的に限り利用します。  
ご提出いただいた個人情報を本人の同意なしに第三者へ開示することは原則としてありません。  
個人情報の取扱いにあたっては、安全管理が図られるよう十分に配慮します。

上記の内容について、担当試験官または受験者本人より確かに説明を受けました。

年 月 日

モデル氏名(自署)

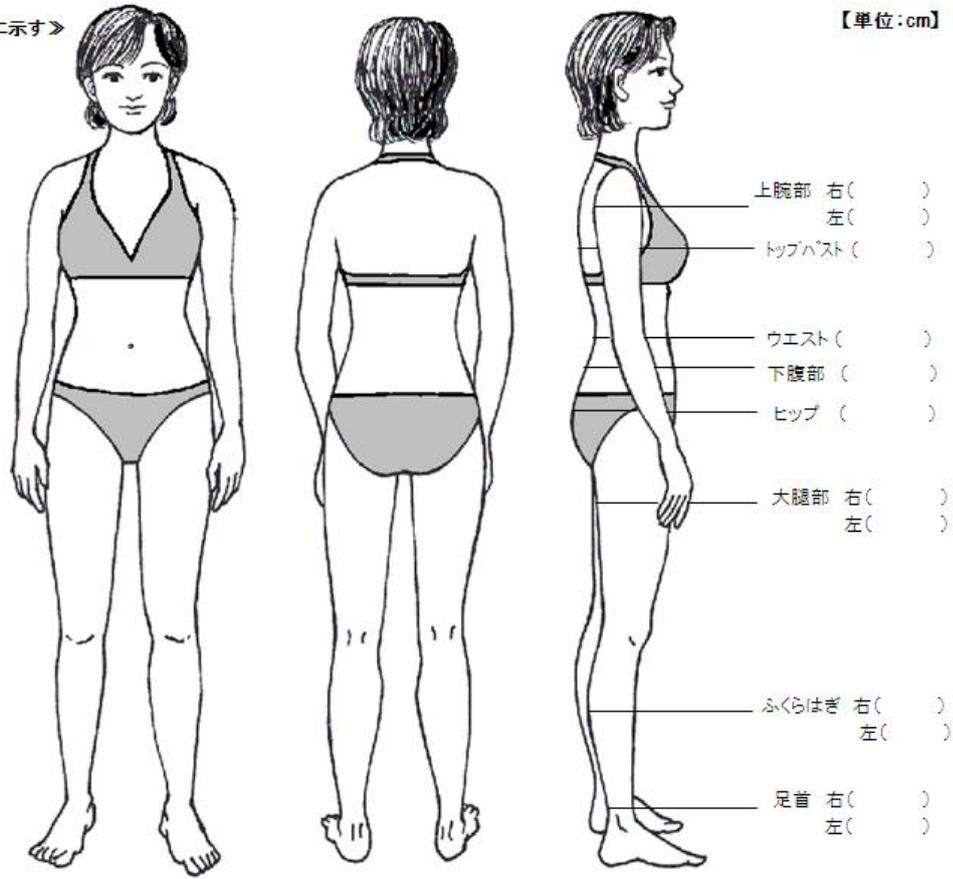
会員番号	E - -	記入日	年 月 日
------	-------	-----	-------

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	( )

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 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 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 刺激物( ) その他( )		
ストレス状態				
アレルギー (かぶれ) アトピー	何に対して( ) 時期( ) 症状・部位( )	常用薬	あり なし 種類( ) いつ頃から( )	
既往症 禁忌事項 の確認	あり なし 病名( ) 時期( ) 手術経験( )			
現在の ホームケア 状況	ボディケア			
	運動			
	その他			
サロントリートメントの 経験				

《身体の状態を図に示す》

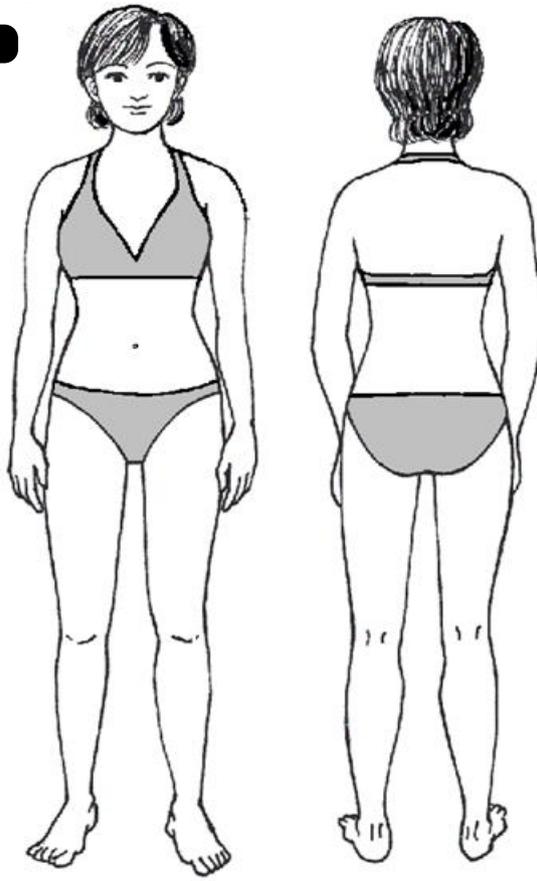
【単位:cm】



身体の情報

《トラブル》 身体の状態を 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)・仕上げ	

アフターカウンセリング



身体の確認		
ホームケアアドバイス		
朝:	夜:	
食事・生活面		
来店について		
その他(運動の実践を含む)		

# 実技試験合格に向けての対策

## 【1】試験の前しておくこと

- 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：3時間(180分) / ボディ・ワックス脱毛：2時間5分(125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。
- 使用する化粧品については使い慣れた(使用方法、成分を熟知)ものを用意しましょう。
- 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、減点の対象となります。
- 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。

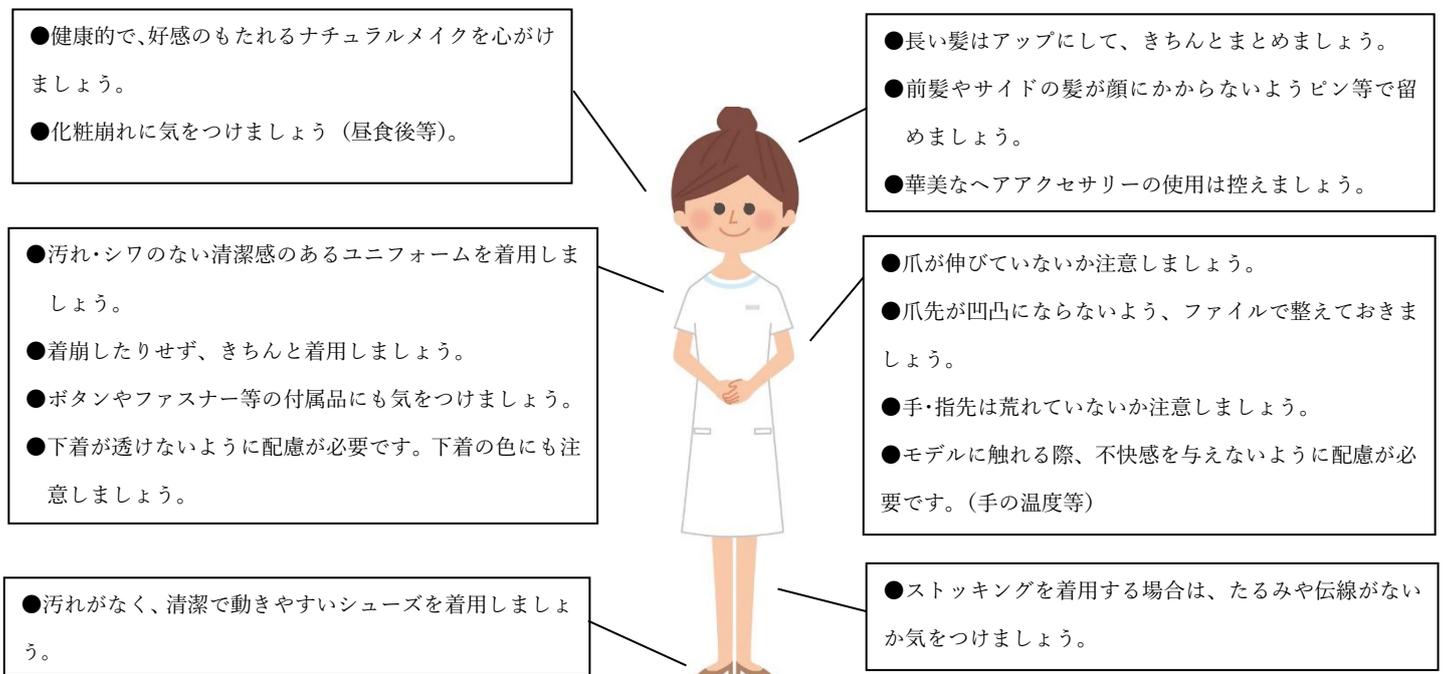
#### 【4】試験当日、事前準備のポイント

- 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、シワのないベツトメイキング等、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

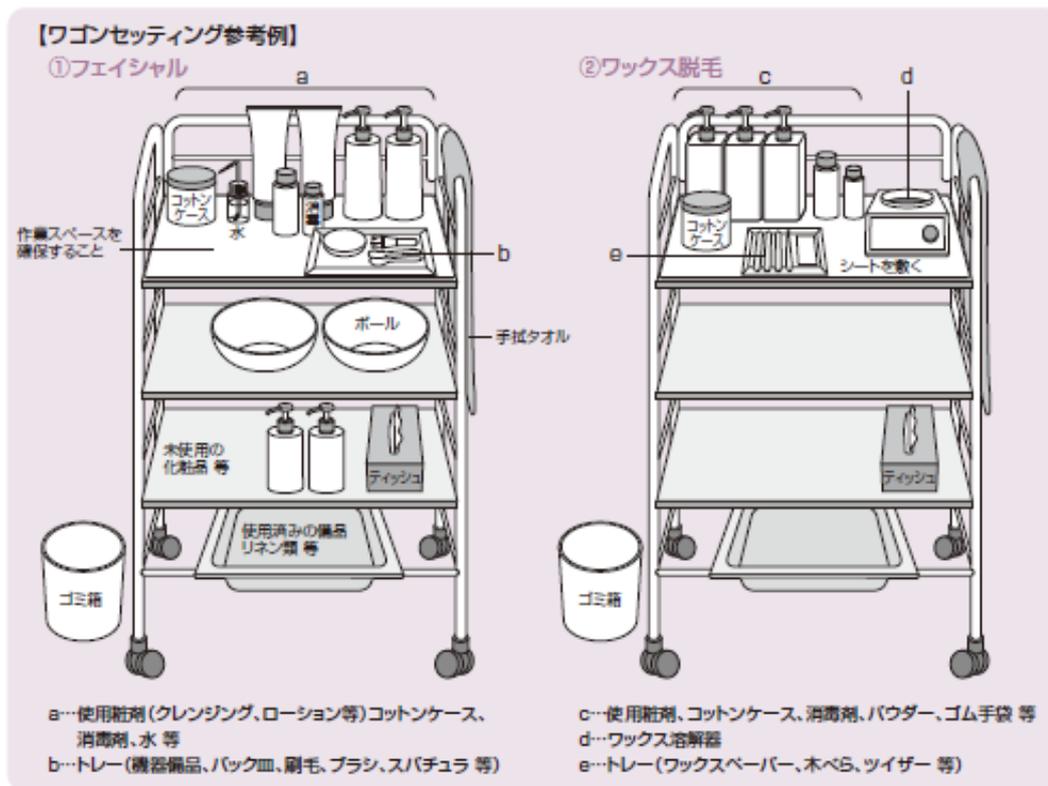
試験前には鏡等で自身の身だしなみをチェックしましょう。

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。



- アクセサリ類はすべて外しましょう。
- 口臭・体臭（香水、たばこの臭い等）にも注意しましょう。
- ユニフォームのパンツ（ズボン）、スカートの丈にも注意しましょう（短すぎず、長すぎにならないように）。
- 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試験に臨みましょう。

## 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)など整えた状態で配置するようにしましょう。
- 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がけましょう。
- 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。

