

# はじめに

このテキストを手にとった方は「メイク」は外見をキレイにするだけではなく「ココロ」や「カラダ」にもポジティブな影響をもたらす力があるものだ、ということを実感していらっしゃる方、そしてこれまでにメイクセラピー検定を学んできた皆さんではないでしょうか。

従来のメイクセラピー検定各級とテキストはメイクセラピーというものを理解していただき、メイクセラピーを通じて女性の成長を支援する人材を育成するとともに、学習者の皆さんが自分自身の自己成長にも役立てられるようお願い、入門書、活用書、実用検定として手がけてまいりました。

おかげさまで当法人の『メイクセラピー』手法は美容関連業界にとどまらず、医療福祉関連、心理職関連の方々など、広く注目いただくようになりました。

折りしも現在の日本社会は世界でも類を見ない超高齢社会であり、弱者にやさしい社会システムの構築が叫ばれています。このような社会背景の中で、高齢者や障がいのある方、がん治療中の方に向け、メイクやネイル等美容行為を用いたケアに関する注目が高まっており、専門学校や大学でのカリキュラムの導入、施設やリハビリに美容系のケアを導入する、などの事例をたびたび見聞きするようになりました。

実際、当法人のメイクセラピーを学び資格を取得した方々にはそうした現場で活躍される方もおり、「メイクセラピー検定で学んだことは、医療や福祉の現場でも十分に役立つ」「施設ボランティアでメイクのリクエストが増えている」「ボランティア活動でのメイク講習で気を付けることは何か知りたい」といったご意見やご要望をつねづねいただいております。

このメイクケアセラピー級の発足には、そういった先達たちの声の後押しとなったのです。

メイクセラピー検定の「女性たちの社会的活躍と自己成長へ貢献されるプロを一人でも多く誕生させたい」という基本理念に基づき、このメイクケアセラピーテキストでは、メイクボランティア等、医療や福祉の現場でもメイクセラピーを実践いただけるよう、基本技法と心構えについて整理いたしました。「メイク」の力「メイクセラピー」の力を、『メイクケアセラピスト』として思う存分発揮していただくことを願っています。

心からの美しい笑顔があふれる、あたたかい社会を夢見て。

一般社団法人

メイクセラピストジャパン代表理事

**岩井 結美子**

メイクセラピスト／心理カウンセラー

# 目次

はじめに .....	
メイクセラピー検定 メイクケアセラピーとは .....	1
メイクセラピー検定とは .....	1
メイクケアセラピーとは .....	1
メイクケアセラピー級とは .....	2
<b>第1章 メイクケアセラピー概論 .....</b>	<b>7</b>
顔と心と化粧の関係 .....	7
メイクがケアに効果のある理由 .....	8
医療や福祉の現場における化粧療法 .....	9
メイクケアセラピーの実例 .....	11
本テキストの狙いと目的 .....	16
<b>第2章 メイクケアセラピーの実践 .....</b>	<b>17</b>
メイクケアセラピーを企画する .....	17
メイクケアセラピーを行う前の準備 .....	21
●実施の同意書・覚書<例> .....	24
使用する物品を揃える .....	26
●メイクケアセラピー 物品チェックリスト .....	27
実施時の最重要ポイント<感染症対策> .....	29
実施前の最終確認ポイント .....	30
<b>第3章 メイクケアセラピーの基本技法 .....</b>	<b>31</b>
メイクケアセラピストとしての心構え .....	31
メイクケアセラピーの基本ステップ .....	34
スキンケア .....	35
カウンセリング（コミュニケーション） .....	37
メイクアップ .....	40
アフターフォロー .....	47

---

第4章 高齢者（シニア）へのメイクケアセラピー .....	49
高齢者（シニア）へのメイクケアセラピー効果 .....	49
高齢者（シニア）の身体的特性 .....	50
高齢者（シニア）の顔や肌の特性 .....	51
高齢者（シニア）のコミュニケーション特性 .....	53
第5章 他疾患がある方に向けて .....	56
高齢者（シニア）以外のメイクケアセラピー .....	56
がんの方へのメイクケアセラピー .....	57
障がいのある方へのメイクケアセラピー .....	60
怪我や傷跡、火傷跡がある方へのメイクケアセラピー .....	60
付記 ハンドトリートメントの効果と方法 .....	61
練習問題 .....	65
参考文献 .....	71
編纂・編集にご協力いただいた方 .....	72
一般社団法人メイクセラピストジャパン .....	73
メイクセラピー検定 .....	74

# コラム索引

## ◆メイクケアセラピー体験談◆

メイクセラピー検定を学んだ方たちの中には、医療や福祉の現場でメイクセラピーを活かして活動をしていらっしゃる方々がたくさんいます。そんな先輩たちのメイクケアセラピーの現場体験談です。

- ①化粧は、人と関わる一つの手段。  
中澤 亜海さん（20代／1級保有／作業療法士） ..... 12
- ②関わる人々までが笑顔になるメイクの力。  
豊永 純子さん（40代／特級保有／看護師） ..... 13
- ③コンプレックスを笑顔にするお手伝い。  
小林 栄美香さん（20代／3級保有／「笑みだち会」代表） ..... 14
- ④大学病院で「メイクセラピー看護外来」  
カルデナス 暁東さん（40代／2級保有／看護系大学准教授） ..... 15
- ⑤いつも以上に、やわらかく優しく丁寧に大きな声で。  
I.A.さん（40代／1級保有／元化粧品販売員） ..... 25
- ⑥メイクは、女性としての自信を取り戻し仲間とのコミュニケーションにも。  
Y.Y.さん（30代／3級保有／作業療法士） ..... 32
- ⑦いつまでも、いくつになっても、自分を諦めないキッカケになりたい。  
Y.M.さん（20代／2級保有／美容師資格保有） ..... 55
- ⑧メイクボランティアは、やりがいと同時に難しさも実感。  
M.K.さん（40代／2級保有／ヘアメイクアップアーティスト） ..... 63

## ◆お役立ちコラム◆

メイクセラピーに役立つ、ちょっとしたコツやヒントを紹介しています。

①ブラシ類の洗浄方法 .....	23
②タッチアップとは？ .....	33
③コントロールカラーによる肌色補正術 .....	42
④チークやリップの色選び .....	43
⑤メイクオフ（クレンジング）について .....	44
⑥認知症の方に向けて .....	54
⑦基本の眉の描き方 .....	59

## ◆3級テキスト◆

メイクセラピー入門3級対策テキストの中から、参考になる内容やページを紹介しています。

①メイクセラピー検定で定義する「メイクセラピー」 .....	7
②メイクセラピーにおけるスキンケア概論 .....	35
③メイクセラピーにおけるカウンセリング .....	39
④メイクセラピーにおけるメイクアップ技法 .....	46