ICAM JAPAN通信 Ciel シエル 第5号
2020. Autumn
https://www.icamjapan.com

02-03
ICAM
MAKE-UP
PHOTO COMPETITION
2020

04-05
ICAM
BEAUTY FORUM 2020
ICAM
COMMUNICATIONS

06
ICAM
BEAUTY LESSON

07
HOW TO BOOST YOUR
IMMUNE SYSTEM

08
ICAM NEWS
&
INFORMATION

一般財団法人 ICAM JAPAN
代表理事 中村 修一

春から夏、そして秋へと季節は巡ってきていますが今年は四季の移り変わりを楽しむ余裕はありませんでした。本来であれば、様々な式典や会などが催され季節感を運んでくれていたことでしょう。
このような事態を大変残念に思いますが、発想の転換で静かな時間が増えたお陰で、将来の展望や反省点などを再確認することができたとも考えられます。柔軟に状況に対応し、動けるようになった時に出遅れないようしっかり準備する大切さを私たちに教えてくれているのかもしれません。
再びみなさまにお会いできるまで、この会報誌やネットを通して情報を発信して参りますので、引き続きのご支援をお願い致します。

ICAM MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2020
イカム メイクアップフォトコンペティション2020エントリー受付中

ICAM(イカム)メイクアップフォトコンペティション2020
国内審査を経てフランス最終審査にて各賞決定します!

人という素材をもとに目指す イメージをクリエイト。 あなたのインスピレーションを 創作意欲のまま表現する

今回のビューティメイクアップ部門テーマは「Constellation ～星座～」。夜空に光り輝く星を眺めていると、その美しさに心を奪われてしまいます。古代ペルシャやエジプトの時代には、その輝きだけではなく、星の並びを繋ぎ合わせ、イマジネーションに浮かび上がる姿を描くようになったのが星座の始まりとの言い伝えられています。先人たちの想像力とロマンには驚かされるばかりです。
そしてアーティスティックメイクアップ部門は「Jewelry～宝石～」です。宝石は希少性が高く、美しい外観を有する天然鉱物の中でも特にダイヤモンド、ルビー、サファイア、エメラルドなどは別格の輝きを放ち、古代から多くの人々を魅了してきました。星座や宝石にまつわるたくさんの逸話が古くからありますが、今回はみなさんの作品で新たな物語を創作していただきたいと思います。
あなたの研ぎ澄まされた感性で、「星座」や「宝石」を思う存分に作品で表現してください。

パーソナルクリエーション
自身がモデルでのセルフヘア&メイク作品のエントリー可

ビューティメイクアップ部門テーマ
「Constellation ～星座～」

応募対象　ICAM認定校/FM提携校在学生または卒業生
美容専門学校/メイク美容関係スクール在学生

アーティスティックメイクアップ部門テーマ
「Jewelry ～宝石～」

応募対象　ICAM認定校/FM提携校在学生または卒業生
美容専門学校/メイク.美容関係スクール在学生
メイクアップに関心、興味のある方

各賞詳細(ビューティ部門・アーティスティック部門共通)

- ●グランプリ …… 各部門1名(トロフィー・賞状・副賞)
- ●ゴールド・シルバー・ブロンズ賞 …… 各部門1名(トロフィー・賞状・副賞)
- ●クレシェフォーラムメイクアップ賞 …… 各部門若干名(賞状・副賞)
- ●ファイナリスト賞 …… (記念品)

今年もたくさんの力作を心よりお待ちしています!!

フォトコンペティション エントリー方法

エントリーシートに必要事項を記入
注意事項をよくお読みの上、必要事項をご記入と作品写真(2Lサイズ)を貼付の上、ご送付ください。
※学校単位でまとめてエントリーの場合 ⇒ すべてのエントリーシートをまとめてご送付ください。
※エントリーシートは、ICAMホームページからダウンロードしていただけます。

応募費用お振込み
応募費用 (ビューティ・アーティスティック共通 / 1作品につき)
●ICAM認定校 / FM提携校 / ICAM会員:**1,000円**　通常価格:2,000円
●一般:**1,500円**　通常価格:3,000円

今年は特別価格でご応募いただけます!

お振込み先
銀行名: みずほ銀行 外苑前(がいえんまえ)支店(店番号319)
普　通: 1665618
口座名: 一般財団法人 ICAM JAPAN(イカムジャパン)

エントリー締切　2020年 10月26日(月) 必着　作品・エントリーシート必着

ICAM MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2020
イカム メイクアップフォトコンペティション2020 表彰式

LIVE

2020年 表彰式は参加型 ライブ配信スタイルにて実施決定!

開催日時:2020年 12月 10日(木) 13:00 ライブ配信スタート

ZOOMを使用したイベントとなりますのでパソコン、スマートフォン、タブレットなどでご視聴いただけます。
詳しくはICAM JAPANのホームページにて告知致します。フォトコンにエントリーされた方は無料で参加いただけます。

主なコンテンツ

ICAMアクティビティ
ICAMからのお知らせや
活動内容に関するご案内など

フォトコンペティション表彰式
ファイナリスト 発表と表彰
各入賞者 発表と表彰
審査員からの総評とアドバイス

メイクアップセミナー
受賞作品パネルディスカッションや
プロのアーティストによる
アドバイスやトレンド情報

2019年度　受賞者からの声

私は学校からの案内でICAMメイクアップフォトコンペティションを知り、メイクも撮影も大好きなので、思い切って応募しました。コンセプト、ヘア、メイク、衣装と全てこだわって1つの作品として納得のいくものが出来あがり、その作品を評価していただけとても嬉しいです。ありがとうございました!
審査員の方々から直接総評を受け、テーマに対して見せたい部分を明確にすることが大事だと感じました。大変勉強になり、次も頑張りたいです。

ビューティメイク部門
ゴールド賞
加藤 利彩さん
(名古屋モード学園)

初めての応募ではファイナリストを頂き、今回はシルバー賞と2年連続で受賞出来たことがとても嬉しいです。テーマからイメージする言葉を引き出し、そこからデザインを納得いくまで試行錯誤し頑張った作品なので、これからの自信になりました。ありがとうございます。
いつか壮大な自然を使った作品撮りが夢です。
今後もいろいろなメイク技術や知識を学び、より一層レベルアップをしていきます。

ビューティメイク部門
シルバー賞
湯汲　凪沙さん
(福岡南美容専門学校)

国内外で活躍中の実力派メイクアップアーティストによる豪華審査員陣

石井 比沙子

大橋 タカコ

粂　由香里

柳　延人

山田 悌子

吉田 伊織

四塚 正広

フランソワ・レグディ

審査員からワンポイントアドバイス

目指せ!グランプリ受賞!!

審査ポイントや、作品の制作や撮影時に気をつけるべき点をお聞きしました。

様々なアイディアや、発想が思い浮かぶ中でポイントを絞り込むことも大切。ポイントが散漫しないように、ここだ!!という部分を丁寧に扱い、仕上げてくこと。大切なのは細やかな部分の仕上げ方、そして最も重要なのがテクニックです。創作の下準備をしっかりとして、素晴らしい作品が完成するよう頑張ってください

Advice
メイクアップアーティスト
ICAM フランス メイクアップ認定講師
フランソワ・レグディ

まず、ヘアメイク全体がテーマに沿っているかどうか。次にそのテーマをどのように表現しているのか、例えばカラーや質感・形・線などを見ます。そして、テーマにふさわしい女性像のモデル選びが出来ているか?
さらに写真のアングルやバックのカラーなど。重要なのはもちろんヘアメイク技術力ですが、テーマをどう表現するかのセンスもとても大切なことです。皆様のセンスあふれる作品を楽しみにしています。

Advice
ヘアメイクアップアーティスト
ICAM JAPAN メイクアップ認定講師
大橋 タカコ

事務局からのひとこと
当フォトコンに毎年エントリーされ入賞へとチャレンジされる方たちがいらっしゃいます。年々作品が洗練されていき、技術にも磨きがかかってきて遂に入賞されると、私たちもとても嬉しく思います。学校を卒業されてからも、作品を通じてぜひみなさんの成長を発表してみてください!

ICAM BEAUTY FORUM 2020・BEAUTY SESSION開催!!

「BEAUTY SESSION」は、オンライン・オンデマンドスタイルでお届け致します。
2020.12/11～視聴可能

毎年、各種セミナーや体験ブースや ICAM MAKE-UP PHOTO COMPETITION の表彰式を開催しております。
ICAM BEAUTY FORUM 、本年はみなさまの安全を第一に考えてオンラインにて開催することとなりました。
みなさまにご自宅や学校で楽しんでいただけるような内容で今年はお届け致します！

ICAM ACTIVITY イカムからのお知らせ

"ICAM ACTIVITY"と称して、年に一度イカムから
認定校や会員のみなさまへICAMの活動報告を行っております。
今年はオンラインにて、今年1年の総まとめとして
さまざまなご報告をして参ります。

ICAM BEAUTY SEMINAR イカム ビューティセミナー

いつも会場が大賑わいとなるICAM BEAUTY FORUMの目玉ともいえるセミナーですが、
今回はオンラインにて自由なスタイルでお楽しみいただけるように
オンデマンドスタイル（お好きな時に視聴可）にて配信致します。
セミナー講師の先生方もはりきってくださっていますので、どうぞお見逃しなく！

ICAM BEAUTY SEMINAR

セミナー1 美しくなるための秘訣「代謝」を学ぶ！

健康と美容のポイントである「代謝」。
美肌づくり、エイジングケア、痩身などあらゆる面において重要な反応です。
代謝のよい生き生きしたカラダを手に入れるためのポイントなどもお伝えします。
細胞からの元気を目指してアクティブボディを目指しましょう！

講師 蛭沼 千里先生

セミナー2 必見！「骨盤」を整えカラダをシェイプアップ！

身体の要となる「骨盤」を整えることで心身共にリフレッシュしましょう。骨盤まわりの動きは、ダイエットや呼吸、眠りなどにも関わります。
骨盤の柔軟性を引き出し、健康的なスリムボディを手に入れましょう！
エステティックトリートメントやセルフケアのポイントも紹介いたします。

講師 蛭沼 千里先生

セミナー3 こんな時こその！免疫活性術

自分で自分の身を守るために出来ることを経験豊富なセラピストが詳しくお話します。普段忙しい毎日を過ごされている方でも、日常にすぐ取り込める工夫を学んで外敵やストレスに負けないココロとカラダを手に入れてみませんか？

講師 佐佐木 景子先生

蛭沼 千里 先生
ICAM JAPAN 理事・教育委員長
JEEC試験制度運営委員会　副委員長

エステティシャン、ビューティシャン指導をはじめ、健康管理、骨盤調整、ボディコンディショニング、呼吸法などの指導も手がける。多方面からのアプローチを取り入れ、しなやかなココロとカラダづくりをテーマに活動を広げている。

佐佐木 景子 先生
一般社団法人 日本フィトセラピー協会理事
西九州大学客員教授 / 人間総合学科大学 非常勤講師

多くのアロマセラピースクールや専門学校にて指導に携わる。
また15年以上におよぶクリニックや病院での施術経験に基づいたホリスティックケアの提案やスパ・サロンのプロデュースも同時に手掛ける。

ICAM BEAUTY FORUM 2020 BEAUTY SESSION 開催概要

イカムビューティフォーラム2020ビューティセッションはICAMからのお知らせと、
上記3種のセミナーを自由なスタイルでお楽しみいただけます。
ご視聴方法や期間に関しては、ICAM JAPANのホームページ
(https://www.icamjapan.com/)にて詳細をお知らせ致します。
フォトコンペティションの表彰式も含めお問い合わせは
ICAM JAPAN (03-6205)5870までお願い致します。

ICAM エステティックMVP受賞者発表

「対象期間：2019年10月～2020年9月」

ICAM認定校で開催された、エステティック部門、
トータルビューティ部門およびコスメティシャン部門ライセンス試験に
おいて最も優秀な成績で合格された方を表彰しています。

【認定校部門】
コスメティシャン
（専門学校 金沢美専）

鵜浦 美月 さん

受賞大変嬉しく光栄に思います。大変だったからこそ成長でき、ライセンス取得時の感動もあったのだと思います。誰かを美しくする、美に携わる職にこれからも誇りを持っていきます。

【認定校部門】
アドバンストLv.1ビューティシャン
（佐賀女子高等学校）

十河 美波 さん

この度はMVP賞をいただき、嬉しかったです。
これから更に立派なエステティシャンになれるように引き続き頑張っていきたいと思います！本当にありがとうございました。

【認定校部門】
アドバンストLv.2ビューティシャン
（専門学校 金沢美専）

酒井 玲実 さん

この度はMVP賞をありがとうございます。この賞をいただいたお陰でエステティシャンとして自信を持つことができました。これからもっと輝くエステティシャンを目指して頑張ります！

【認定校部門】
エステティシャン
（グラサアカデミー長野校）

山寺 愛 さん

新しい知識や技術を学ぶのは楽しくもあり大変でもありました。受賞して学んだことが身になっていたと実感でき嬉しく思います。綺麗磨きのきっかけとなるエステティシャンを目標に頑張ります。

【特別認定校部門】
エステティシャン
（World Beauty Academy 東京校）

大西 真紀 さん

MVP賞ありがとうございます。先生方をはじめ一緒に学んだ同期の皆にも感謝の気持ちでいっぱいです。親切丁寧に寄り添って下さった先生方に出会えたことは私にとって宝物です。

【オープン試験部門】

今回は、期間内の実施が
延期なった関係上、
次年度の発表にとなります。

ICAM JAPAN 新規認定校紹介

池田美容学校（静岡県静岡市）

池田美容学校 校長
橋下 有希 先生

この度、ICAM認定校として新しく加盟いただきました学校を紹介致します。
静岡県静岡市内にある、厚生労働大臣指定校 池田美容学校 はグローバルな教育をスローガンとし世界レベルの技術指導に励んでいらっしゃいます。数々の技術コンテストにも積極的に参加されており、今年はさっそくICAMメイクアップフォトコンペティションにもエントリーされるとのことです。
橋本 有希 校長は、「当校はモデルを使った技術練習、現役の技術者による実務教育にこだわっており、ヘアーやメイクだけでは無く、ネイルや着付けなどのトータルビューティに力を入れていますのでフォトコンペティションのエントリーを通じてクリエイティブな感性を磨き、それが一流のアーティストになるきっかけになればと思っています。」とお話くださいました。

Front Liners クローズアップ

World Beauty Academy 東京校

1期生が全員ライセンス試験合格！2期生も負けずに猛勉強中!
みんなで頑張って合格しようね！

アプローズセラピストスクール（福岡）

生徒さんに合わせたマンツーマン指導で自分のペースで学んでいます！
サロン経営のスキルも一緒に学べるので
夢の実現に向けてまっしぐら！

Beauty Lesson

スペシャルインナーケア(呼吸を意識して美しく)

今回は、健康的で美しい身体や肌をつくるためのポイント！内側から輝くための美容法です。
普段、意識していないことに目を向け、身体機能を高めていきます。
『呼吸』を意識して、いきいきとした身体や肌を手に入れましょう！

健康で美しく生きるために呼吸は非常の重要な役割をもちます。
呼吸は、私たちが生まれた時から息を引き取る瞬間まで
つながっている生命維持のために必要なことであり
呼吸の習慣により、健康や美容面にも違いが出てくるといっても過言ではありません。

呼吸は健康美の基本　～正しい呼吸を～

正しい呼吸は、「吐いて」から「吸う」。
ご自身の1分間の呼吸の回数をご存知ですか？私たちは1日に約20,000～25,000回もの呼吸を繰り返しています。無意識にしている呼吸を意識的に変えることで、健康的な美しさを引き出すことができるのです。
現代人は、ストレスを感じることも多く呼吸が浅い傾向にあり、正しい呼吸ができていないといわれています。
そして、呼吸が浅いことも要因となり、疲れが取れないといった現象も起きているようです。
心や身体の状態、自律神経などと深く関わる呼吸を整え、心も身体もリフレッシュしましょう。

呼吸をする時に意識していただきたいのが「姿勢」です。猫背などの姿勢不良は呼吸が浅くなり「隠れ酸欠」を起こすことになります。姿勢が悪く肺や心臓部が圧迫された状態では、十分な酸素を取り入れられず、血液と共に各細胞へ運搬することも困難です。パソコンやスマートフォンなどの操作時の姿勢を意識して正し、ガチガチな肩、首や胸元の筋肉をほぐしましょう。胸を開き、背筋を伸ばし、骨盤を立てて、スムーズな深い呼吸ができるようにしましょう。

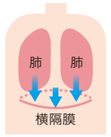
呼吸筋を意識する

呼吸運動に関わる呼吸筋といわれる代表的な筋肉は「横隔膜」と「肋間筋」です。肺は自力で拡張できないため呼吸筋により広げられます。横隔膜は胸郭の下部にあるドーム状の筋肉で、肋間筋は肋骨の間にあります。

腹式呼吸

「横隔膜」が収縮すると胸腔は広がり空気を取り込み
弛緩すると胸腔が狭くなり空気は吐き出されます。

- 吸気(息を吸う時)肺は縦に広がるイメージ(腹部が膨らむ)
- 副交感神経が優位
- 意識的に腹部の筋肉を動かすことでダイエットに効果的



胸式呼吸

「肋間筋」が収縮すると胸腔は広がり空気を取り込み
弛緩すると胸腔が狭くなり空気は吐き出されます。

- 吸気(息を吸う時)肺は横に広がるイメージ
- 交感神経が優位
- 胸部や肩甲骨周りの流れを促し、こりの解消にも効果的

Let's Check Yourself

- ☐ ゆっくり息を吐いた時に20秒もたない
- ☐ 肩こり・首こりがある
- ☐ パソコンやスマートフォンを見る時の姿勢が悪い
- ☐ 猫背である
- ☐ 鎖骨周辺がこっている
- ☐ 疲れが抜けにくい
- ☐ 顔や身体がむくみやすい
- ☐ 冷え性である
- ☐ 集中力が持続しない
- ☐ 頭がすっきりしない

上の**3つ以上に☑チェック**が入った方は、
正しい呼吸を意識して行いましょう！

簡単呼吸エクササイズ
～呼吸法でリラックス＆リフレッシュ～

腹式呼吸編

1. 仰向けになり膝を立てます。
2. 下腹部に手の平を当て、一度息を吐き、ゆっくりと鼻から息を吸ってお腹を膨らませましょう。
3. ゆっくりと鼻から息を吐き、お腹を薄くするように腹筋を縮め吐ききるようにへこませます。

※ゆっくりと❶～❸を3～5回位
※ゆったりとした状態で行うことでリラックス効果が高まります。また、腹筋を意識して行うことでウエストのサイズダウン効果も！

胸式呼吸編

1. 仰向けになり膝を立てます。
2. 肋骨の下部に手の平を当て、一度息を吐き、ゆっくりと鼻から息を吸って胸郭を広げましょう。
3. ゆっくりと鼻から息を吐き、胸郭を狭めます。

※ゆっくりと❶～❸を3～5回位
※胸(前面)だけでなく、背中(後面)にも吸い込んだ酸素を届ける意識で、胸郭を広げましょう。
背中の循環がよくなりマッサージ効果も！

POINT

・仰向けになったら、身体をリラックスさせるために手足を伸ばし、ゆったりとした気分で行いましょう！
・呼吸に集中するように軽く目を閉じて行うのも効果的です！

ICAM COLUMN

強いココロとカラダを目指そう!!
免疫応援術

自分の身を守るために出来ることは何なのか？を今一度考えてみました。
毎日の習慣として、身につけるようにすると心身の健康や免疫力のアップに繋がります。

最近よく耳にする「腸活」いう言葉…
これは便秘を解消したり、ダイエットという観点だけではなく、腸を健やかにすることを心がけるのには他にも大きなメリットがあるのです！

腸のお仕事には、消化と吸収がありますがそれだけではありません。ビタミンやホルモンなどの合成や、解毒のサポート、そして「免疫」。腸の中には免疫細胞が存在しており、腸内細菌とタッグを組んで外敵をやっつけてくれるのです！ですから腸内環境を整えることは心身の健康には大切なのです。

腸は免疫機能に密接に関わっていますが、もうひとつ免疫に関わっているのが「自律神経」です。自律神経を同時に整えることで更に免疫力がアップします！ちなみに自律神経は「呼吸」で整えることが出来ます！マスク着用が当たり前になり息苦しさから、ついつい口呼吸になってしまいがちです。前ページを参照に質の良い呼吸を心がけてみてくださいね。

元気なココロとカラダを作る 4ヶ条

POINT 1　腸内環境を整える

食物繊維や発酵食品をバランスよく摂取しましょう。野菜類・穀物・豆類・海藻類きのこ類には食物繊維が含まれています。特に切り干し大根や干しいたけ等の乾物に豊富です。

POINT 2　睡眠の量と質の向上

ベッドに入る数時間前にスマートフォンやパソコン、TVなどを観ないようにするだけでも睡眠の質は向上します。寝不足は美容にも大敵です！

POINT 3　体温を下げない

冷たい飲み物や食べ物の摂り過ぎを控え、シャワーだけで済まさずバスタブにゆっくり浸る…に加えて適度な運動で筋肉をつけ、体温を維持しましょう！

POINT 4　「笑う」こと

「笑う」「楽しいと感じる」ことは免疫細胞のひとつ、NK細胞(ナチュラルキラー細胞)というリンパ球を活性化させることがわかっています。

やはり免疫力の維持には、規則正しい生活やバランスの取れた食生活が必要不可欠のようです。
普段、忙しい毎日を過ごしているとついつい自分のことは後回し…となりがちですが、上記の方法で自分を労わってあげましょう。

また、免疫機能向上に良いと言われるハーブに「エキナセア」(Echinacea angustifolia)があります。キク科のエキナセアは、植物療法が盛んなヨーロッパでは古くから愛されています。チンキ剤やサプリメントなどもありますが、比較的入手しやすいハーブティーを試してみるのがオススメです。

もうひとつ有名なハーブが「ティーツリー」(Melaleuca alternifolia)。アロマセラピーの精油の中では使用頻度も高く、専門店などで購入できます。清涼感のある香りには、免疫機能向上作用だけでなく殺菌・消毒作用もあります。リフレッシュ・頭脳明晰作用があるので日中の使用に適しています。

2021年 ICAM オープン試験 開催情報
（エステティック部門）

ICAMでは、エステティシャンおよびアドバンストエステティシャンのオープン試験を毎年 3月と9月に開催しております。
2020年3月および9月の開催分に関しましては、新型コロナウイルス感染拡大防止と受験者のみなさまの安全を第一と考え延期と致しました。つきましては、2021年の開催に関しましても、状況を鑑みての中止または変更の場合があります。
最新の情報は、その都度 ICAM JAPAN のホームページにてご案内致しますので、事前のご確認をお願い申し上げます。

地　　区	日程（3月）	日程（9月）	試験科目
東　　京	3月2日(火)	9月2日(木)	●エステティシャン ●アドバンストエステティシャン
名 古 屋	3月12日(金)	9月10日(金)	
大　　阪	3月10日(水)・3月11日(木)	9月9日(木)	
熊　　本	3月13日(土)	9月11日(土)	

ICAM JAPAN 認定校紹介

テクニックスクール La Le（大阪府）

今回は、吹田市にあるテクニックスクール La Le（ラール）の学校長 清水 順子先生にお話をうかがいました。「生徒さんに一貫してお伝えしているのは "知識"の大切さです。当スクールでは、既にエステティック従事者として経験を積まれていらっしゃる生徒さんが多いのですが、技術というのは知識あってこそのものであると必ずお話しています。例えば、お肌の悩みを抱えているお客様が来店され、ご自身でメニューを見てコースを選ぶ…というような流れとせずにエステティシャンがしっかりとしたカウンセリングを行い、今のお悩みに最も効果的なコースをご提案するという重要なプロセスを根底で支えるのが知識なのです。ICAMの通信とスクーリングの教育カリキュラムでは、仕事をしながら自分のペースで学ぶことができ、知識と技術のバランスが取れたエステティシャン育成というのが当スクールの考えに合っていると感じています。」と話す清水先生は、在校生のみならず卒業生からも大変慕われていらっしゃるそうです。

学校長
清水 順子先生

テクニックスクール La Le
〒541-0059 大阪府吹田市豊津町1-14-1101
TEL ：06-6318-5488　URL：https://deeptherapy.jp/

ICAMフランス 最新美容ニュース

日本のみなさん、ボンジュール！みなさんもご存知の通り、フランスでは3月から国内がロックダウンとなりました。学校はおろか店舗もすべてクローズとなり、今まで見たことないフランスの光景を目のあたりにしました。しかし、学生は学ばなければいけませんし、店舗でも閉店中にやれることがありました。
まず学校では、ネットをフルに活用して授業を進行していきました。ZOOMのようなライブ動画での授業や、アプリを使っての出欠席の確認や課題の提出等でカリキュラムをこなし、学んだ技術をネット上でコンテストという形で披露し、更に優秀者には協力いただいている企業から賞が与えられました。

このように学習意欲を維持する様々な工夫を重ねた結果、全カリキュラムを修了できただけではなく、全員が目指す試験に無事合格しました！
サロンでは営業の再開日より、衛生管理や空気の入れ替え、更衣室やサロンの消毒などを徹底した上でコロナウイルスにまつわるストレスや不安感を癒すアロマテラピーやソフロロジー（注：インド哲学に基づいた心身の調和をはかり心落ち着かせる技術）、フェイスヨガなどをメニューに新たに加え、クライアントの心のケアも同時に行うのが主流となりました。また、フランス国内の多くの化粧品メーカーからは医療施設や医療従事者たちへハンドクリームやジェル、衛生キットなどが寄贈され、大いに感謝されました。
このようにコロナウイルスの影響により、私たちは否応なしに大きな変化を強いられることとなりましたが、こうした変化に対応すべく大勢で力を合わせ知恵を絞ることは更なる飛躍へと繋がっていくと信じています。今回の災難に国境はありません。一緒に乗り越えていきましょう！

ICAMフランス試験制度委員
フランス国家試験CAP, BP, BTS 試験官
キャロル・デゥシュマン先生

一般財団法人 ICAM JAPAN
〒160-0022 東京都新宿区新宿5丁目17-2 YMビル302　TEL: 03-6205-5870　FAX: 03-6205-5890
https://www.icamjapan.com　Email：info@icamjapan.com