

2022. spring

<https://www.icamjapan.com>



寒さも緩み木々が芽吹く季節となりましたが、皆様元気でお過ごしでしょうか。今回、2回目のオンラインでの開催となりました「ICAM BEAUTY FORUM 2021」では、メイクアップフォトコンペティションのエントリー数も毎年増え、たくさんの方にご参加いただき盛況のうちに終えることができました。

Ciel第8号では、イベントのレポートや、受賞された皆様の情報を届けいたします。これからも会報誌やホームページなどを通して、美容と健康に関わる仕事に従事されているすべての方のお役に立てる情報を発信して参りますので、引き続きご支援のほど宜しくお願ひ申し上げます。

一般財團法人 ICAM JAPAN 代表理事 中村 修一

ICAM BEAUTY FORUM 2021 レポート

2021年12月8日(水)13時より、ICAM BEAUTY FORUM (イカムビューティフォーラム) 2021がオンラインにて開催されました! 全国の皆様と喜びや感動を共有することができましたことを心より御礼申し上げます。ICAM JAPANからのお知らせや活動報告、メイクアップフォトコンペティション表彰式など、当日の模様をレポートいたします。

ICAM ACTIVITY



ICAM FRANCE
会長
ギレンヌ・ルボー会長



ICAM FRANCE
国際ライセンス試験制度委員長
キャロル・デウシュマン先生

ICAM FRANCEよりビデオレター

ICAM FRANCEからは、ギレンヌ・ルボー会長と国際ライセンス試験制度委員長のキャロル・デウシュマン先生より、日本の皆様に向けてのメッセージが届きました。



国内からのメッセージ



国内からは、一般財団法人日本エスティック試験センター理事長の小林直子様より、エスティック、ネイル、メイクアップなど、美容について学ぶ皆様に向けてチャレンジすることの大切さや美容の仕事の素晴らしさなどについて素敵なメッセージをいただきました。

日本エスティック試験センター 理事長
小林 直子様

ICAM エステティックMVP



2020年10月～2021年9月の期間に実施されたライセンス試験における成績優秀者に送られる「ICAMエステティックMVP」の受賞者の発表をいたしました。
認定校部門、オープン試験部門など各部門における年間最優秀者が表彰されております。
本誌6ページにてオープン試験における各ライセンスMVP受賞者の方をご紹介!

ICAM NAIL ART CONTEST 表彰式

2021年の新企画として、初めてのネイルのコンテスト「ICAM NAIL ART CONTEST 2021」が開催され、そこで見事入賞された作品を称え、ご紹介いたしました。
高校生から一般の方まで、幅広い層からエントリーいただき、作品テーマが「Flower ~花~」だったこともあり、個性豊かなネイルアートの花々が咲き誇りました。

「ICAM NAIL ART CONTEST 2021」入賞作品は5ページでご紹介!



「ICAM NAIL ART CONTEST 2021」ご協賛ありがとうございました。

ネイリストのためのプロショップ

N E S

CHRISTRO.
PREMIUM NAIL PRODUCTS

Palms
Graceful

NYCO GEL
Cosmétiques pour ongles

25Gel

【本社】
〒558-0004 大阪市住吉区長居東4-21-21
TEL: 0120-778-055 FAX: 0120-108-886



ICAM BEAUTY FORUM 2021 レポート

「ICAM BEAUTY FORUM 2021」は、当日zoomにてご参加いただくライブ開催と、後日、各種美容セミナーと一緒に当日のダイジェスト版をyoutubeにてご覧いただけるオンデマンド配信を行っております。

視聴のお申込みは ICAM JAPANホームページ(<https://www.icamjapan.com>) から受付中! QRコードからもお申込みできます



ICAM MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2021 表彰式



表彰式は、ファイナリストの他にクラスメイトの皆様が一丸となり、たくさんの笑顔で盛り上げていただきました!

今年も多数の力作が全国から寄せられ、審査が難航する中、素晴らしいファイナリスト35作品の表彰。

続いて受賞者の発表! 栄えある賞を受賞された方とご担当の先生は、画面越しに喜びを表現してくださいました。

一体感に包まれた感動の表彰式でした。
おめでとうございます!



MAKE-UP SESSION



「メイクアップ セッション」では、ICAM FRANCE 統括審査員であるフランソワ・レグディ先生から届いた素敵なビデオメッセージをご紹介。
「メイクアップ フォト コンペティション」参加への御礼と応募作品の総評、そして、今後の作品制作にあたっての表現方法や技術向上するためのポイントについてアドバイスをいただきました。

ICAM FRANCE
認定講師・審査員
フランソワ・レグディ先生



ICAMメイクアップ部門
認定講師・審査員
柳 延人先生

続いてはグランプリ受賞者と審査員の柳 延人先生による「メイクアップパネルディスカッション」にて改めて作品を見ながら創作秘話や今後の夢などをお聞きしました。

そして柳 延人先生によるメイクアップショートセミナーでは「ストーリーテラーになろう」というテーマ。クオリティを高め感動を与えられる作品には、そこに存在するストーリーを想像できるものであることを具体例をもとにレクチャーしていただきました。

「奥深い作品創作の内容で、今後の創作に勉強になった」という声を多くいただきました。



ICAM JAPAN 代表理事
中村 修一

ENDING

最後に中村代表理事より、今回のイベントへのご協力に対する御礼と、ご参加の皆様へメッセージが送られました。

ICAM JAPANが目指す、トータルビューティの考え方や美容技術者の未来を創るという観点より、メイクアップ、ネイル、エスティックなど、様々な分野で活躍の皆様に向け、目標を持ちチャレンジすることの重要性についてお話しがありました。

ICAM JAPANのコンテストや表彰システムが「私・アップデート」につながることを願っております。

ICAM MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2021 結果発表



ICAM Make-up Photo Competition 2021

今回で第9回目を迎えるイカムメイクアップフォトコンペティション！まだまだ油断ができないコロナ禍の中でしたが、多数の素晴らしい作品のご応募をいただきありがとうございました。昨年に引き続き、インターネットライブ配信での開催となった「ICAM BEAUTY FORUM 2021」は、全国各地よりたくさんの方々がご参加くださいました。その中で行われた結果発表＆表彰式は、喜びと感動にあふれ大盛況でした！

グランプリ作品紹介

ビューティメイクアップ部門 「Color ~ 色彩 ~」



鮮やかで色彩豊かな南国のフルーツや鳥をイメージしたメイクです。目元の広いグラデーション、鳥の羽を連想させる額のペイント、躍動感溢れるヘアスタイルなどがポイントです。

<受賞インタビュー>

撮影日ギリギリまで納得いかず、何度も手直しと練習を重ね、1回1回の練習が自分にとって良い経験になりました。そして納得のいく良い作品に仕上りました。たくさんの方に見ていただけることが大変嬉しいです。今後の夢は美容部員として美のお手伝いをしていきたいです。本当にありがとうございました。

国際ビューティモード専門学校 田嶋 夢子さん



タイトル
「tropical bird」

アーティスティックメイクアップ部門 「Music ~ 音楽 ~」



古くから愛され続けているクラシック音楽。その美しさや曖昧さをクラシック芸術である彫刻とかけ合わせて表現しました。

<受賞インタビュー>

以前にモデルをしてもらった際に「1年後もう1度モデルをして欲しい。上手くなるから。」と約束して実現した思いの詰まった作品です。学生の間にグランプリをいただけるなんてとても名誉なことでこれからもヘアメイクを続けていきます。ありがとうございました！！



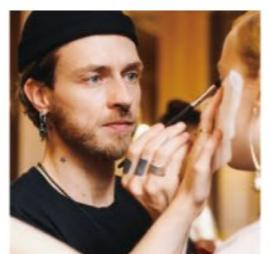
ECCアーティスト美容専門学校 國仙谷 朋子さん



タイトル
「Classical Music」

ICAM FRANCE 審査総評

表現力・想像力豊かな素晴らしい作品の数々で、審査順位をつけるのがとても難しかったです。今回、多くの方が綺麗なモデルを起用されていました。全体的にレベルが高かったと感じます。技術面ではクリエーションが先行してしまいディテールの完成度や織細さが残念な仕上がりもありました。今後はより一層クリエイティビティを高めるための技術をしっかり磨いていかれることを願っております。今後の作品も楽しみにしています。

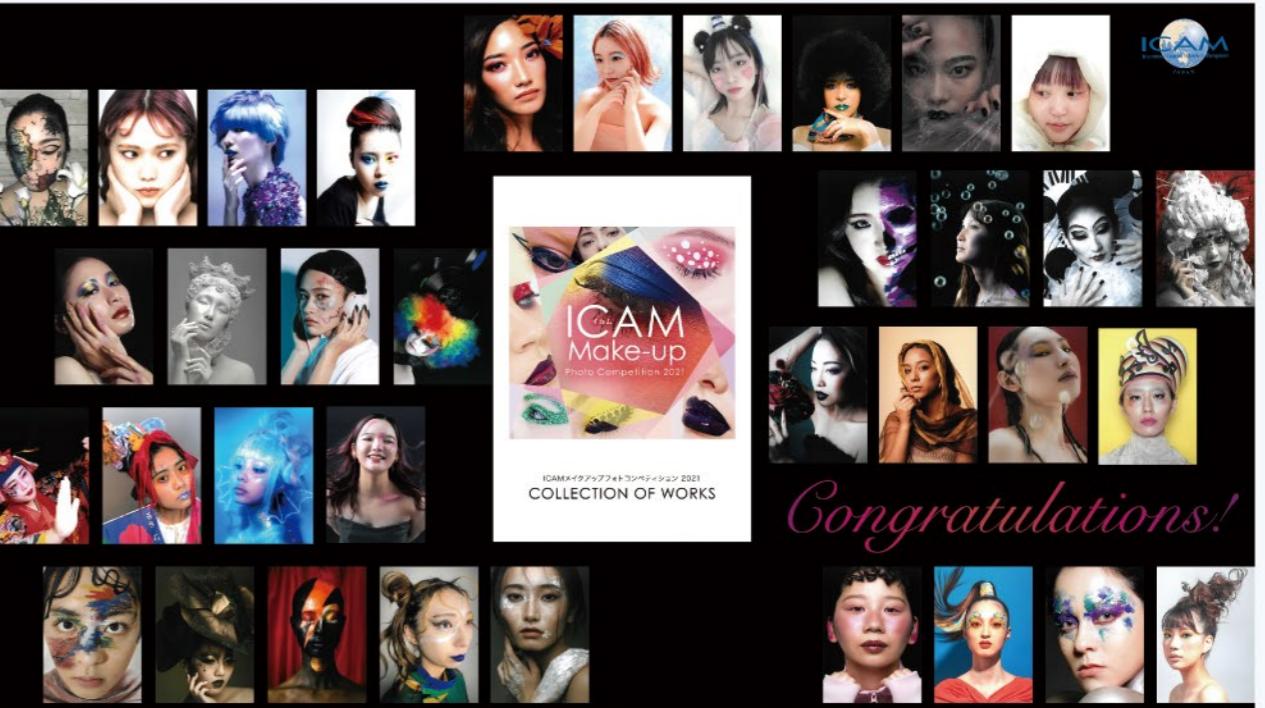


フランソワ・レグディ プロフィール

数々のコレクションメイクアップを手掛ける世界トップレベルのメイクアップアーティスト。同時にパリで有名なメイクアップスクール「IM」にて将来のメイクアップアーティストの育成にも尽力する。

MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2021 入賞作品

多数の素晴らしい応募作品の中から選ばれたファイナリストの皆様おめでとうございます！



Congratulations!

各賞の受賞者は以下の通りです。

ビューティメイクアップ部門

【ゴールド賞】黒田 葉々美さん（ECCアーティスト美容専門学校）
【シルバー賞】垣花 梨々香さん（SOLA学園）
【ブロンズ賞】江藤 翼さん（名古屋モード学園）
【ファイナリスト賞】秋好 美有さん・安部 胡桃さん・安藤 京子さん・居村 百花さん・上之園 紅美さん・内村 乃亜さん・岸蘭 珠里さん・北野 百華さん・佐藤 穂乃香さん・中島 彩音さん・広田 玲奈さん・松木 なつめさん・三谷 優佳さん・牟田 いろはさん・山田 涼香さん・ロダ ジュヒさん・綿谷 菜未さん・渡辺 雛乃さん

アーティスティックメイクアップ部門

【ゴールド賞】ロダ ジュヒさん（東京モード学園）
【シルバー賞】正田 美空さん（ECCアーティスト美容専門学校）
【ブロンズ賞】後藤 優季さん（名古屋モード学園）
【ファイナリスト賞】新垣 樹恵梨さん・泉 紗英さん・梶川 茉那さん・北尾 幸菜さん・高橋 成美さん・高橋 るいさん・田中 あまねさん・藤原 経子さん・水本 陽香さん



ICAM JAPANホームページでは全作品が詳しくご覧いただけます。こちらのQRコードからもご覧になれます。

ICAM NAIL ART CONTEST 2021 入賞作品

多数の応募作品の中から選ばれた入賞者の皆様おめでとうございます！



豪華、大人っぽさ・華やかさ・女性らしさをイメージしてデザインしました。バランスを取るのが一番難しかったです。とても素敵なお賞を頂けてとても嬉しく思います。ありがとうございます。

穂坂 心音さん（国際ファッショニストビューティ専門学校）
2021年ICAMネイルアートコンテストにて数ある作品の中で今回特別賞を受賞出来たことでも嬉しく感じています！今回の経験を糧に他にも沢山挑戦していきたいと思います！この度は誠にありがとうございます！

小越 優希奈さん（広島美容専門学校）
今回初めて学外のコンテストに応募し、特別賞という嬉しい賞を頂きありがとうございます！このコンテストを通して他の方々のネイルアートを見ることが出来てとても勉強になりました。この経験を生かして、さらに技術を磨いていきます。

小宮 聖稀さん（佐賀女子高等学校）
嬉しい知らせを聞いたとき、とても驚きました。入学してからネイルに興味を持ち、まだまだ技術は未熟ですが、今回このような賞をいただけて、今後の自信につながりました。花びらの質感と上品な色合いがこの作品の好きなところです。



<本コンテスト・メイン審査員／中野 いつ湖 先生からのメッセージ>

今回のテーマは『Flower ~花~』というシンプルなものにしましたが、予想以上の作品、まさに世界にひとつだけの花たちがたくさん集まりました！各作品、素晴らしいアイデアで作り込まれ、ご自身がもつ精一杯の技法を用いて表現されていることが伝わってきました。絵具・アクリル・ジェル・パーツなどによる繊細さと色使い、ブラシワークを駆使している点に特に感心しました。是非これからもスキルを磨いてください。今後の皆様の更なる発展を心よりお祈りいたします。

ICAM エステティックMVP受賞者発表・オープン試験部門

対象期間：2020年10月～2021年9月

ICAMオープン試験部門では、全実施会場での受験者の中から最も優秀な成績で合格された方を表彰しています。
受賞された皆様、おめでとうございました。

エステティシャン

(株式会社アス・ウイツ)

小森 美穂 さん



今回のICAM試験は、知識と技術を基礎から学び直すことで、更にお客様に喜んでいただけたと思い臨みました。MVPの受賞とても嬉しいです！これからもお客様の満足度を上げられるよう、自分自身を磨いていきます。

エステティシャン

(株式会社エストロワ)

越野 真奈 さん



この様な賞をいただき光栄です。自分がMVP賞に選ばれると思っていなかつたのでびっくりしました。この賞を頂いた事に自信を持って今後もエステティシャンとして沢山の方を幸せにしていきたいと思います。

アドバンスト エステティシャン

(株式会社b diamond)

中越 亜紀子 さん



MVPという栄誉ある輝かしい賞をいただき誠に光栄に存じます。受賞することができ、報われた気持ちと協力してくれたスタッフへの感謝の気持ちでいっぱいです。お客様、スタッフに対しても結果の出せる自分になれるよう高みを目指していきたいと思います。

エステティシャン

(株式会社インノバドル)

刀根 直美 さん



MVP賞をいただきありがとうございます。嬉しい気持ちでいっぱいです。不器用な私ですが美容知識や技術を厳しくご指導くださった先輩スタッフへの感謝を忘れず、今後は指導する立場としても自信をもってこの賞を活かしていこうと思います。

エステティシャン

(株式会社エストロワ)

手島 佑希 さん



MVP賞を頂きありがとうございます。技術や知識を教えてくださった先輩方に感謝の気持ちでいっぱいです。日々仕事の中で身についた事が、この賞に繋がったと思います。これからももっとたくさんのお客様に満足していただけるように頑張っていきたいと思います。



ICAM BEAUTY SEMINAR

健康的な美しさを引き出すためのお役立ち情報を、イカムベテラン講師陣よりテーマ別にご紹介いただきました。

ご自身のスキルアップはもちろん！セルフケア、サロンケアなどにも活用できる情報が満載です。

動画配信でお届けした「イカム ビューティセミナー」は、全国の皆様にご視聴いただき好評配信中！

引き続きご視聴申込み受付中です。

視聴申込みQRコードはこちる▶



seminar 1



本来持っている身体の機能を引き出し、健康的な美ボディを手に入れるためのケアをご紹介！

視聴者からの感想

身体の軸を意識することで、姿勢の変化を感じられました。簡単エクササイズも続けてます。

毎日の身体の使い方の重要性を理解することができお客様へのアドバイスの参考にしてます。

体重やサイズばかりを気にしている方へのアドバイスに役立ちました。「腹圧」を高くキープ！意識してます。

seminar 2



脳の働きやストレスに対する生体反応などを知り心地よく生きるためのヒントをご提案！

視聴者からの感想

ストレスについてわかりやすく学ぶことができました。ストレスを上手に対処できるようにしたいと思います。

ストレスに対する生体反応、脳との関係が理解できカウンセリングの際に役立てます。

脳の特徴を知ることで、ストレス対処法について知ることができました。

seminar 3



パーソナルカラーを学び、ご自身の魅力を引き出す色選びのポイントを解説！

視聴者からの感想

自分のパーソナルカラーを知ることができました。好きな色と似合う色の違いを理解できました。

芸能人の方のパーソナルカラーのお話しを聞きとても納得する部分がありました。

メイクアップだけでなく、洋服などの色選びのポイントも知ることができたためになりました。



スペシャルインナーケア(身体のバランスを整え美しく)

今回は、カラダとココロのコントロールに深く関わるライフライン「自律神経」についてのレッスンです。

「頭痛」「肩こり」「疲れが抜けない」「不眠」といった現代人によくある症状は、自律神経と密接に関わっているといわれます。カラダのサインに目を向け、内側から湧き出す美しさを手に入れましょう。



「自律神経」を知り、整えることは、心身のバランスを保つことにつながります。私たちの体調を整える役割を持つ自律神経は、ストレスなどによって乱れることもあります。日頃からのセルフケアでカラダとココロを整え健康美を目指しましょう！

～自律神経を整える～

私たちの全身をコントロールする自律神経！「何となく調子が悪い」「病院に行っても解決しないカラダのつらさ」などの症状は自律神経のバランスが乱れているサインかもしれません。

自分の意思に関係なく、血流や呼吸・消化吸収など生命維持の機能を司り、24時間体制で働き続けています。昼間や活動している時に優位になる「交感神経」と、夜やリラックスしている時に優位になる「副交感神経」の2種類があり「アクセル」と「ブレーキ」のような関係で、常に私たちのカラダの動きを調整しています。現代社会には、ストレスやライフスタイルの変化など、バランスを崩す要因がたくさんありますので自分のカラダとココロに目を向けて、自律神経を整える意識をもってみましょう！きっと毎日が変わります。



自律神経と生活のリズム

規則正しい生活は、体内の自律神経のリズムを整え、「交感神経」と「副交感神経」の切り替えをスムーズにします。一方、夜更かしや朝寝坊、不規則な食生活などの生活リズムの乱れは、自律神経にも悪影響を及ぼします。

爽やかな朝を迎えるためには、自律神経を整えることが大切です。交感神経が優位になる朝に目覚め、夜眠る時には副交感神経が優位になった状態で、質のよい睡眠をとることができるようにしましょう。



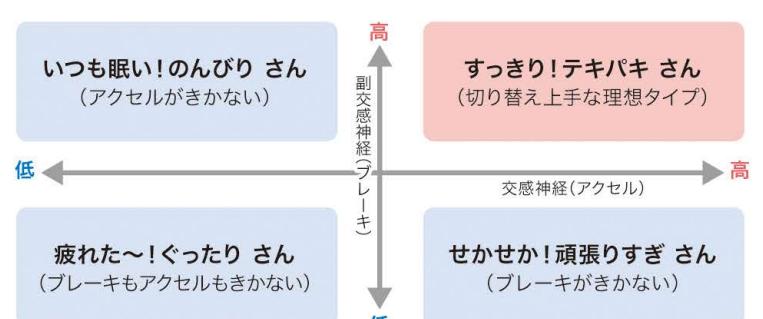
自律神経のバランスチェック

<input type="checkbox"/> 目覚めが悪く寝ても疲れがとれない	<input type="checkbox"/> むくみやすい
<input type="checkbox"/> いつもだるい、疲れぎみ	<input type="checkbox"/> 手足が冷たい
<input type="checkbox"/> 風邪をひきやすい	<input type="checkbox"/> ストレスを感じやすい
<input type="checkbox"/> お腹が弱く、下痢や便秘をする	<input type="checkbox"/> 集中力や思考力が低下した
<input type="checkbox"/> 胃腸の調子が悪い	<input type="checkbox"/> めまい、立ちくらみがある
<input type="checkbox"/> 肩こり、腰痛がある	<input type="checkbox"/> 肌が乾燥し髪はバサバサする
<input type="checkbox"/> 肌が乾燥し髪はバサバサする	<input type="checkbox"/> 緊張しやすい
<input type="checkbox"/> イライラすることが多い	<input type="checkbox"/> 動悸がする

※当てはまる項目が多いほどバランスが乱れている可能性が高い！

自律神経のバランスタイプ

「交感神経」「副交感神経」とともに高い「切り替え上手タイプ」を目指しましょう！



日常生活の中で何気なく過ごしている習慣を少しだけ意識して変えてみましょう！



朝の時間を有効に過ごす

慌ただしい朝を過ごしている方は、少しだけ早起きをして、ゆとりある時間の使い方をしましょう！朝目覚めたら、ベッドの中で手足を広げ大きく伸びをします。ゆっくり起き上がり、朝日を浴びましょう！副交感神経から交感神経への切り替えスイッチが入ります。

笑顔であいさつ

朝の体調チェックも兼ねて鏡に向かい「笑顔」を作ってみましょう！笑顔で口角を上げることで、ココロがリラックスして自律神経が整います。また、顔の筋肉の緊張もほぐれ巡りがよくなります。笑顔は免疫力アップ・リフトアップなども期待できるため笑顔美人を心がけます。

ゆったりバスタイム

夜はお風呂でゆっくりと過ごしましょう。カラダとココロの浄化を兼ねて自律神経を整えましょう！39～40度位の温かい湯舟に入り体の深部から温まることで副交感神経が優位になり、良い睡眠がとれるようになります。お気に入りの入浴料などでリラックスタイムを楽しみバランスを整えます。

簡単！ツボ押し

お風呂の中や入浴後のスキンケアのついでに「ながらツボ押し」をしてみましょう！手のツボを押したり、後頭部のツボを押すことで自律神経のバランスを整えることができます。・おすすめ手のツボ…「合谷」「労宮」・おすすめ後頭部のツボ…「天柱」「風池」「完骨」

自律神経のバランスをとる以外にも様々な効果が期待できます

- 【労宮】ろうきゅう
イライラをおさえる、緊張を和らげる
- 【合谷】ごうこく
ストレスの緩和、万能ツボ
- 【天柱】てんちゅう
疲労回復、肩こりの緩和
- 【風池】ふうち
血行促進、眼精疲労回復
- 【完骨】かんこつ
頭痛改善、安眠効果



2022年 ICAM ライセンス オープン試験 開催情報 (エステティック部門)

ICAMでは、毎年3月と9月にエステティック部門のオープン試験を開催しております。この度、エステティック部門上位資格である「マスターエステティシャン」が新設され、3月オープン試験より実施いたします。実務経験4年以上の方や、アドバンストエステティシャン取得後のステップアップを目指す方などぜひともチャレンジをしてみてはいかがでしょうか！引き続き、感染予防対策を万全に開催いたします。衛生管理の徹底にご理解ご協力をお願いいたします。最新の情報は、その都度、ICAM JAPANのホームページにてご案内いたします。

地 区	日 程 (3月)	日 程 (9月)	試 験 科 目
東 京	3月 3日(木)	9月 2日(金)	●エステティシャン ●アドバンストエステティシャン ●マスターESTETI SHAN
名 古 屋	3月11日(金)	9月16日(金)	
大 阪	3月8日(火)～10日(木)	9月14日(水)～15日(木)	
熊 本	3月18日(金)	9月 9日(金)	

ICAM FRANCE からのメッセージ



ICAM FRANCEの「キャロル・デュショマン先生」に、ビューティシャンという仕事について
また、プロフェッショナルの育成に携わる教育者の立場としての思いをお話しいただきました。

美容やエステティックというサービス、ビューティシャンの仕事というのは、女性にとって言わば魔法のようなものだと思います。プロフェッショナルによる優れたスキルは、多くの人に心身の健康と幸福感を提供しているのです。私自身もエステティックへの情熱を途絶えることなく持ち続け、このプロフェッショナルな道に対しても満ち足りた思いでいます。そして、この思いを後続へと繋げていきたいと考えています。

私は、B.T.S受験のころから自分のゴールはトレーニングやティーチングだと思っていました。また、講師というものは、プロフェッショナルであるべきだと強く感じてもいましたので、この頃に自分で決断したのが、まず広い分野でのビューティシャンとしての経験を積むこと、そして、自身の天職に向けて複数の言語を学ぶことでした。今思うにこれらの経験をつむことは、自分のるべき講師像にむけて繋がっていたのだと思います。

パリ4校での教務経験は、私にとって貴重な講師業の礎となっています。そして私は今、何より教えるということや、得た知識を生徒とシェアすることにこの上ない喜びを感じています。最も幸せを感じるのは、自分の生徒が成功するを見届けた時です。私は生徒にプロのスキルを身につけてもらうだけでなく、チームワークや正しいマナー、思いやりや分け隔てのない心を培ってもらいたいと思っています。生徒にどうしたらわかり易くなるかを工夫しながら、団結することは大きな力となること、チームワークこそが成功や社会生活において必要不可欠であると伝えるように努力しています。この思いは、ICAM JAPANの皆様とも同様であり、国際ライセンス協議会などを通じて、国を超えた交換学習制度のネットワークを作り提供していきたいとも考えています。

最後に、日本で美容を学ぶ皆様に「ICAM国際ライセンス取得を目指し頑張ってください」とメッセージをいただきました。

MAKE-UP PHOTO COMPETITION 2022 最新情報



各部門テーマ

ビューティメイクアップ部門

Story「～物語～」

アーティスティックメイクアップ部門

Life「～生命～」

ビューティメイクアップ&アーティスティックメイクアップのどちらの部門も美容専門学校やビューティスクールの美容学生、メイクを学ぶ高校生、プロアマ問わずメイクの好きな方はエントリー可能です！

エントリー期間

2022年 7月1日(金)～10月13日(木) 必着

表彰式

2022年 12月7日(水) イカムビューティフォーラム2022にて結果発表！

時間：13:00～インターネットライブ配信にて開催予定

応募費用

●一般：3,000円 → 特別応援価格 1,500円(税込)

●会員：2,000円 → 特別応援価格 1,000円(税込)

1作品あたりの費用です。2022年も特別応援価格として皆様へご案内致します

応募要項詳細は4月にICAM JAPAN（イカムジャパン）ホームページ上にアップいたします。詳細内容をご確認の上ご応募ください。



一般財団法人 ICAM JAPAN (イカム ジャパン)

〒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