

ICAM BEAUTY PHOTO COMPETITION 2023

イカム ビューティフォトコンペティション2023 エントリー受付中

2023年より「イカム ビューティ フォトコンペティション」としてフォトコンペティションがアップデート!
素材をもとに目指すイメージをクリエイティブ! あなたのインスピレーションを創造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のテーマは、「Delicious～美味～」
美味しさを表す時「美味しそう!」「美味しい!」「美味しかった!」と表現が変化します。喜びや驚き、またはリラックスした表情やしぐさなど、美味しいと感じることは感情を豊かにしてくれます。そんな「Delicious～美味～」のシチュエーションをビューティメイクで表してください。

アーティストメイクアップ部門のテーマは、「Museum～美術館～」
一度は訪れてみたい美術館では、世界最大級の美術館で有名なパリのルーブル美術館をあげるのが多数です。美術館は「美」の様々な思想などを造形的に表した美術作品の収集・展示をし、美を学び影響を受ける場所でもあります。そんな「Museum～美術館～」に巡り合えて、古代から現代までの作品を見ていると、興味が湧いて創作アイデアが溢れ出てくることでしょう。

新たに加わったネイルアート部門のテーマは「Dream～夢～」
「夢」という言葉からあなたは、どのようなことをイメージするのでしょうか? 睡眠時に見る夢、夢の世界、将来の夢、思い願うことで叶う夢があれば、儚く散ることもあります。うれしかったり、悲しかったり…。夢は、道しるべになるものかもしれません。現在から未来に向けて、魅力や可能性を引き出してくれる魔法の言葉をネイルアートでデザインしてください。

あなたの感性と創造力を膨らませ、自由な発想で表現しましょう。



テーマ

※複数エントリー可能

ビューティメイクアップ部門

「Delicious ～美味～」

アーティストメイクアップ部門

「Museum ～美術館～」

ネイルアート部門

「Dream ～夢～」

応募資格

- 美容専門学校、ビューティスクールの美容学生、メイクやネイルを学ぶ高校生
- プロアマ問わずメイクやネイルが好きな方(全部門も応募可能です)

各部門表彰

【ビューティメイクアップ部門 / アーティストメイクアップ部門 / ネイルアート部門】

- グランプリ
- その他各種特別賞

※各賞を受賞された方々には、賞状や受賞記念品が贈られます

2022年の優秀作品
各賞受賞作品はこちらから



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、必要事項のご記入と作品写真(2Lサイズ)を貼付の上ご送付ください。
*学校単位エントリーの場合 ⇒ すべてのエントリーシートを一括でご送付ください。
*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 (各部門共通/ 1作品につき)
● ICAM認定校 / FM提携校 / ICAM会員 : 通常価格2,000円 ▶特別応援価格1,000円(税込)
● 一般 : 通常価格3,000円 ▶特別応援価格1,500円(税込)
※学校単位エントリーの場合 ⇒ 応募費用を一括取りまとめて指定口座にお振込みください。

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)
種別/口座番号: 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 2023年 10月 5日(木) 必着 ※エントリーシート必着です!

ICAM BEAUTY PHOTO COMPETITION 2023

イカム ビューティフォトコンペティション2023 表彰式

●LIVE 参加型
ライブ配信スタイルにて
実施!

開催日時: 2023年 12月 7日(木) 13:00 スタート

詳しくはICAM JAPANのホームページにて告知いたします。

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
審査員からの総評とアドバイス

メイクアップセミナー

パネルディスカッションやプロの
アーティストによるトレンド情報など

2022年 受賞者からの声

ビューティメイクアップ部門 テーマ: Story「～物語～」

ファイナリスト フランソワレグディ賞



花本 凜香 さん
(国際ファッションビューティ専門学校)

初めに、作品のコンセプトをしっかりと決めることになりました。制作途中に迷子にならないように、作品に込めた思いを考えながら、メイクでどのように表現するかを何度も練習を重ねました。女性らしい艶感を出すことや、より美しく見える角度や光の当て方にもこだわって撮影をしました。今回、ファイナリスト、そしてフランソワレグディ賞をいただけたことは、とても嬉しいです。本当にありがとうございます!!これからフォトスタジオのスタッフとして働きながら沢山の笑顔に触れ、自分自身も笑顔で幸せになるのが目標です。



「INDEPENDENT」

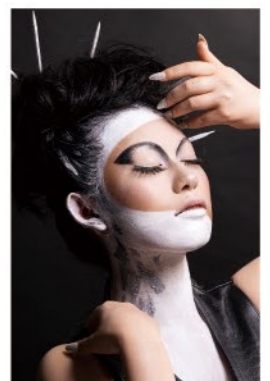
アーティストメイクアップ部門 テーマ: Life「～生命～」

ファイナリスト



大下 凧 さん
(広島美容専門学校)

ファイナリストとして選ばれたこと、素直に嬉しいです。ありがとうございます! シンプルでありながら、見た時に印象に残る作品にするにはどうしたら良いかとても悩みました。まずは、骨格がしっかりした顔立ちのモデルさんを探し、元々のフェイスラインにあった線の位置を決め、全体的に立体感を出す工夫をしました。作品を創る課程を楽しんで取り組むことが出来たことで大変良い経験が出来ました。今後は舞台や映画などで活躍出来るメイクアップアーティストを目指し、たくさんの方に興味を持ち挑戦したいと思っています。



「皆既日食」

審査員からのワンポイントアドバイス

吉田 伊織 先生

メイクアップアーティスト
ICAM メイクアップ認定講師



～ ビューティメイクアップ部門 ～

作品の傾向として、人物像やその場の空気感の表現が秀逸な作品がファイナリストに多くあがってきています。ビューティメイクアップ部門では、意図して作る作品の中に、人物のリアルを感じさせるテクニックが必要で、使用するファンデーションの質感、ヘアの動き、モデルのポージング、表情筋から伝わる感情、色々な要素が重なって仕上がるトータルバランスの良い作品をこれからも審査で拝見することを楽しみにしています。

桑 由香里 先生

メイクアップアーティスト
ICAM メイクアップ認定講師



～ アーティストメイクアップ部門 ～

同じテーマでも幅広い世界観があると、心が弾みワクワクしながら審査をしました。今回は、クオリティの高い作品の数々であったと感じます。撮影に至るまで丁寧に準備をして完成させたことが作品から伝わりました。モデルのセレクト、アングルや表情もコンセプトに見事につながっている作品が多かったです。メイクの丁寧さや、装飾品の使い方もとても大切なポイントです。今回上位の作品から色々なことを吸収して、またチャレンジしてください。

ICAM BEAUTY PHOTO COMPETITION 2023

イカム ビューティフォトコンペティション2023 表彰式



2023年より「ネイルアート」が新たに フォトコンペティションの部門に新設!

以前からたくさんのリクエストをいただき実現させることができました。
記念すべきネイルアート部門のスタートとしてのテーマは……
Dream「～夢～」

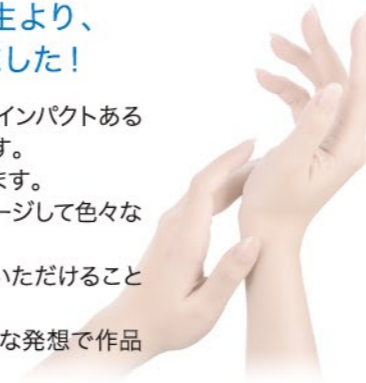
応募に関する詳細は、ICAM JAPANホームページをご確認ください

ICAMネイル部門の認定講師・中野いつ湖先生より、 エントリーに向けてのメッセージをいただきました!



中野 いつ湖 先生
ICAM ネイル認定講師
日本ネイリスト協会 常任本部認定講師

モデルの手に施す場合や、チップだけの作品にしても長さや形はインパクトあるものを作品として仕上げていくと物作りの楽しさや夢も広がります。チップの場合は、サイズの長さは長めの方がデザイン性が広がります。カットスタイルも、作品のテーマに対して自分の構成を考え、イメージして色々な形を創造してみましょう。生活する上では不可能かもしれない爪の芸術を、ぜひ見出していただけることを期待しています。たくさんの作品に出会えることを楽しみにしていますので、自由な発想で作品制作をしてみましょう!



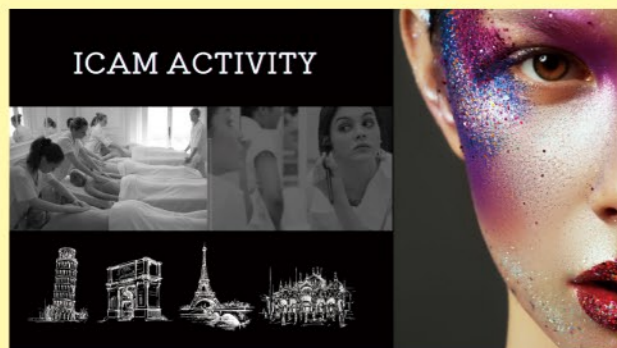
ICAM BEAUTY FORUM 2023 BEAUTY SESSION開催!

今年も「BEAUTY SESSION」はオンライン・オンデマンドスタイルでお届けいたします。
2023年 12月 12日よりご視聴可能

「ICAM BEAUTY SESSION 2023」は「ICAM ACTIVITY」と「ICAM BEAUTY SEMINAR」としてオンデマンドスタイルにてお届けいたします。今年もお役立ち美容情報を3本の動画セミナーにて準備中です。お楽しみに!

ICAM ACTIVITY

イカムからのお知らせ



ICAM JAPANの活動報告やご案内です。
今回もエステティックMVPの発表など盛りだくさんです!

ICAM BEAUTY SEMINAR

イカムビューティセミナー



各種セミナーは、どなたでもお楽しみいただける美容情報満載。
楽しく学んで「私・アップデート!」

ICAM BEAUTY SEMINAR 2023

セミナー1

巡りアップ!しなやかボディをつくる 溢れ出す美しさを求めて



蛭沼 千里 先生
ICAM JAPAN 理事・教育委員長
JECC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、しなやかなココロカラダづくりをテーマにビューティスタイリストとしての活動を広げている。

体内を巡る血液やリンパ液、脳脊髄液など、私たちの美容と健康のためには、よみがえないということが大切。体内の「循環力」は、現代人の体の不調や悩みに関わる重要な能力です。いきいきとした美しさを手に入れるために巡りについて一緒に考えてみましょう。



セミナー2

自分だけの美しさを引き出す生活習慣 体質と気質を知って強みを生かす



あなたにとって美しさの基準って何でしょう? 整った顔立ち?美しい素肌?均整の取れたスタイル? 生き方?人によって、また地域や民族によっても美しさの基準は違います。自分だけの美しさを見つけてみませんか?あなたの美しさ引き出すヒントを探ってみましょう。

佐佐木 景子 先生
一般社団法人 日本フィットセラピー協会 理事
西九州大学客員教授 / 人間総合科学大学 非常勤講師

多くのスクールや専門学校にて指導に長年携わる。またクリニックや病院における施術経験に基づくホリスティックケアの提案、各種スパおよびサロンのプロデュースも手掛ける。現在は大学院にて心身相関の科学を学修し、心身健康アドバイザーとしても活躍中。



セミナー3

キレイの秘密!目の錯覚を使いこなそう メイクアップマジック



山田 梯子 先生
ICAM JAPAN
メイクアップアーティスト・マスターエデュケーター
パーソナルカラーコンサルタント

メイクアップセミナーやパーソナルカラーコンサルティングには定評があり、メイクアップアーティストを目指す学生や一般向けなど、ビューティからアーティストメイクまで幅広くレッスンをを行う。また、企業での研修や、メイクアップ商品の開発にも携わる。

メイクアップのお悩みは、いつまでも尽きないですね。目をぱっちり大きく、またはシュッと切れ長に見せたいな……。立体的に小顔に見せたいな……。線、形、色、質感や大きさなど、目の錯覚を上手くメイクアップに取り入れてみましょう。そうすることでイメージアップすること間違いなし!



MVP

ICAMエステティックMVP受賞者発表

対象期間：2022年 10月 ~ 2023年 9月

ICAM認定校で開催された、コスメティシャン部門、トータルビューティ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。
受賞された皆様、おめでとうございます。

【認定校部門】

コスメティシャン
(専門学校 金沢美専)



MVP
池田 百合 さん

今回MVPという賞を頂けたこと大変嬉しく感じております。2年間取り組んできたことがこのような形で発揮できたので達成感と自信で溢れています。これからも今以上の力を身につけて何事にも挑戦していきたいです。

【認定校部門】

アドバンスレベル1ビューティシャン
(佐賀女子高等学校)



MVP
立石 凜香 さん

ICAMライセンス試験でMVP賞を頂き、大変嬉しく思います。熱心に教えてくださった先生方、支えてくれた仲間へ感謝をし、3年間で学んだことを活かしていきたいです。現在、専門学校でヘアメイクを学んでいます。今後も様々なことに挑戦して頑張っていきたいと思っています。

【認定校部門】

アドバンスレベル2ビューティシャン
(専門学校 金沢美専)



MVP
横井 優奈 さん

この度はICAMライセンス試験のMVP賞に選んでいただきありがとうございます。2年間の学生生活の1番の集大成としてこのように結果を残せたことをとても嬉しく思います。また、教えてくださった先生方や支えてくれた仲間へ感謝し、これからもいろいろなことに挑戦して頑張っていきたいと思っています。

特別認定校部門、オープン試験部門のMVPは、次号にてご紹介いたします

ICAM FRANCE NEWS



2023年4月より「ICAM FRANCE」に新たな講師を迎えました。
ICAM JAPANと共に、さらなる充実をはかり
ICAM・アップデートを目指します！

今回は、ICAM FRANCE 試験制度委員に就任した
シルビア先生のインタビューをご紹介します



Sylvie EHRHARD
ICAM FRANCE 試験制度委員

1. シルビア先生は、日本についてどのような印象をお持ちでしょうか？

私は、まだ日本には行ったことがありません。
日本は、その芸術的、文化的遺産、美食、多くの象徴的な場所の美しさ、そして富士山、桜の公園、
竹林などの多様な自然景観が、私たちに異次元へと導いてくれる、そのような印象を持っています。
そして、西洋と東洋の生活・芸術の両方が混在しているととても魅力的な国であると思っています。

2. 美容の仕事を目指したきっかけを教えてください。

美容の仕事は、年齢を問わず、幅広い分野で活躍できるという利点があります。
そのためには、継続的なトレーニングや、トリートメント、メイクアップ、
ネイルなどの新しいテクニックの習得、また、美容機器などの新しい
技術の習得が必要です。この分野は、高級ホテル、医療センターなど
幅広い分野で働く機会も多く、また、様々な形態のビューティスクール
では、若い方から大人の方々、そして美容のプロフェッショナルの方

までを育成する機会も与えてくれています。
そして、美容のスペシャリストとして働く人々は、自分の価値観に
合った生活を求めて情熱的であることが最大の特徴です。
気持ちよく過ごしたい、人に尽くしたいという願いが、仕事にもプ
ライベートにも充実感をもたらしてくれるのです。
私は、この職業の素晴らしさに感動し美容の仕事に進むようになり
ました。

3. 講師として、学生にとって最も重要な学習は何であると思いますか？

学生が学ぶべき重要なことはいくつかあります。
まずは、他人を尊重することを学ぶこと、共感すること、集団で生活し働く能力、また、障害、病気、
肌の色、服のスタイルなどについてを受け入れる寛容さなどの 心の理論です。
私は、社会の価値観を全ての学生に伝え、共に生き、国民として誇りを持つようにと伝えています。



4. 学生を指導する上で最も重要なことは何であると思いますか？

教えることの最も重要な側面は、学際的なことです。自分の知識、経験を比較し、議論し、交換し、
その結果、彼らの成功を促進するために彼らのスキルを共有し、成長につなげます。
美学の分野では、女性と男性の両方の幸福度を高めることを目的としたビューティーケアと技術の
組み合わせ、ノウハウを伝えることです。
イベント、アイデア、テーマ、そして、これを様々な角度から探求し、理解を深め、様々な形で表現
できるような、適切でダイナミックかつ魅力的な活動を行うことが大切です。



5. 将来の夢を教えてください。

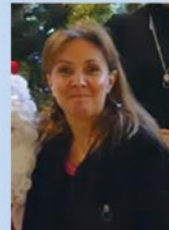
教員としてのキャリアを継続し、社会人のトレーニングや専門家の
再教育に力を入れたいと考えています。
また、私の教育機関では「ソシオエステティック」部門を開発し、
将来、美学の専門家が医療専門家と協力して介護施設、介護治療、
療養、リハビリテーション、高齢者向け宿泊施設などで働けるよう
したいと考えています。講師やトレーナーとしてのキャリアを積んだ
後は、各レベルの試験委員を続けたいと考えています。

また、動物の世話をしたり、動物のために投資したいと思っています。
シェルターでボランティアをして、捨てられたり、時には虐待され
たりしている動物たちの世話をしながら、彼らにふさわしい
すべての幸せをもたらす、愛と思いやりのある家族の到来を待ち
ます。

Message



シルビア先生は、大変ご熱心な指導者で
あり、日々、学生の成功のために考え取り
組んでいらっしゃいます。
また、素晴らしい将来像を描き、実現に
向けて努めているエネルギーを感じ
ました。
日本の皆様に向けて、シルビア先生より、
メッセージいただきました！



ICAMの認定校で学んでいる皆様、そして、ICAM
ライセンスを取得して活躍されている皆様、私たちが
取り組んでいる美容の仕事の可能性は幅広く、これ
からの世界を救う力を持っています。前向きな気持
ちで、チャレンジすることを止めず私たちの使命に
向かい一緒にアップデートしていきましょう。
パリでお待ちしております。そして、私も憧れの国である
日本に行ける日を楽しみにしています。



スペシャルインナーケア(免疫力アップで美しく!)

今回は、健康なカラダとココロを維持するために重要な機能である「免疫」についてです。
現代人の免疫力が低下しているという話しを聞いたことがあると思います。
免疫力の低下は、ウイルスや細菌による感染症にかかりやすくなりますが
それ以外にも、私たちの肌や体に様々な影響を及ぼします。
免疫力を高め、いきいきと輝くような美しさを手に入れましょう!



健康美を支える要素として重要な「免疫力」は、私たちのホメオスタシスにも関わる大切な機能です。
普段、何となく不調と感じていることが、実は、免疫力低下のサインなのかもしれません。
私たちの健康と美容を支える「免疫」について知り、自分の健康度アップやお客様へのアドバイスとして活用してください。



～ カラダを守る・免疫チーム! ～

免疫とは、ウイルスや細菌などから体を守る防衛システムのようなものです。
私たちは、普段、口や鼻などから異物を取り込んでしまったとしても、その度に病気になるでいられるのは
それらの外敵を異物として感知して排除するための免疫という防衛反応が働くからなのです。免疫力は、病気に
なるならないということだけではなく、肌や体の抵抗力という面において美容にも非常に大切です。自分自身の
体をチェックし、「免疫力」の高い体づくりを目指しましょう!

「自然免疫」と「獲得免疫」

免疫には、「自然免疫」「獲得免疫」の2種類に大別されます。
「自然免疫」は、生まれつき備わっている仕組みで、体内に異物が侵入したときに最初に
働き、これらが病原体を排除することで体を守ります。

▶自然免疫では、主に、好中球・マクロファージ・NK細胞などが私たちの体を守ります。

「獲得免疫」は、異物に応じて攻撃方法を記憶する後天的な仕組みです。
体内に病原体(抗原)が侵入すると、それに対し攻撃する武器(抗体)を作ります。

▶獲得免疫に関わる主な免疫細胞であるT細胞・B細胞などが抗体を作り特定の
微生物に対して攻撃力を発揮します。また、一部の獲得免疫は、体内侵入してきた
異物を記憶できるため、再度の侵入の際には迅速に反応します。

免疫力をあげるポイント!

十分な睡眠をとる

交感神経、副交感神経の切り替えを
整えるためにも、十分な睡眠時間を確保
してリズムを整えましょう。免疫細胞は、
寝ている間に分泌される成長ホルモンに
よって強化されます。



体を温める

体温が高いと免疫力が高まります。
体を温める食べ物や入浴習慣なども
見直し、冷えないようにしましょう。



バランスの良い食事をとる

免疫力アップのためには、良質なタンパ
ク質とビタミン、ミネラルが必要です。
また、腸内環境を整えることが免疫力
アップに効果的であるため発酵食品や
食物繊維を取り入れましょう。



適度な運動をする

運動は免疫機能向上につながります。
日々の生活の中で体を動かすことを
意識して、1日に10分程度の運動を取り
入れることから始めてみましょう。



笑いのある生活を心がけましょう

笑うことでNK(ナチュラルキラー)細胞が
活性化します。口角を引き上げて笑顔を作る
だけでも心と体に良い影響があります。
笑うことで血行も良くなり、表情筋や
腹筋も使うので美容効果もアップします。



リラックスタイムをとりましょう

ストレスは、自律神経のバランスを崩し、
免疫力の低下につながります。自分に
とって心地よいリラックスタイムを作り、
自律神経を整えましょう。



免疫力チェック!

<input type="checkbox"/> なかなか疲れがとれない	<input type="checkbox"/> 季節の変わり目に体調を崩す
<input type="checkbox"/> 睡眠不足が続いている	<input type="checkbox"/> 食欲がない
<input type="checkbox"/> 運動不足を感じる	<input type="checkbox"/> 頭痛を感じる
<input type="checkbox"/> 風邪を引きやすい	<input type="checkbox"/> 集中力が続かない
<input type="checkbox"/> ストレスが多い	<input type="checkbox"/> 発酵食品はあまり食べない
<input type="checkbox"/> 肌荒れが気になる	<input type="checkbox"/> 口内炎が起きやすい
<input type="checkbox"/> 手足の冷えが気になる	<input type="checkbox"/> 楽しいと感じることが少ない

3つ以上に✓が入った方は
免疫力が低下している可能性が高い!

ワンポイント アドバイス

簡単!寝る前のリラックス体操

仰向けで両手・両足を上げ手足をぶらぶらと10秒程度
小刻みに揺らしましょう。



最後に「大の字」になりゆっくりと深呼吸をしましょう。



血流も良くなりリラックスした状態になると「快眠」を
得ることができます。

2024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。
昨年もたくさんの方が国際ライセンス取得に向けてチャレンジしてくださいました。
ご自身のキャリアアップを目指し、ぜひとも次のステップへと取り組んでください。
国際ライセンス取得という実力と自信が、プロフェッショナルとしての活躍の場を広げることにつながります。
試験に関する最新情報は、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 4日(月)	9月 4日(水)	●エステティシャン ●アドバンスエステティシャン ●マスターエステティシャン
名 古 屋	3月15日(金)	9月13日(金)	
大 阪	3月13日(水)・14日(木)	9月11日(水)・12日(木)	
熊 本	3月 8日(金)	9月 6日(金)	

ICAM BEAUTY FORUM 2023 開催日決定!

ICAM BEAUTY FORUM 2023 2023年 12月 7日(木) 開催!

時間/13:00～ インターネットライブ配信にて開催



**ICAM
BEAUTY
FORUM
2023**

ICAM ACTIVITY
ICAM PHOTO COMPETITION 2023
ICAM BEAUTY SESSION 2023
ICAM BEAUTY SEMINAR 2023
I NFORMATION

今年のICAM BEAUTY FORUM 2023(イカム ビューティフォーラム 2023)の開催日が決定いたしました。
今回もみなさまに喜んでご参加いただける内容でお届けいたします。ぜひご参加ください。
詳細はICAM JAPANのホームページよりお知らせいたします!



一般財団法人 ICAM JAPAN (イカム ジャパン)

〒107-0062 東京都港区南青山2丁目28-6 CSビル2F TEL: 03-6438-0076 FAX: 03-6369-3546
<https://www.icamjapan.com> Email: info@icamjapan.com