

1 級講座シナリオ (2 日目)

一般社団法人 格上げおしゃれプランナー協会

はじめに

このテキストは、参加者が全国のどの場所でも、
同じ精度の内容を受講出来ることを目的に作られました。
必ずテキストに沿ってすすめるようにしてください。
一言一句テキストに沿う必要はありませんが、内容に沿った
ものをお伝えするようにしてください。

＊このテキストは
格上げおしゃれプランナー協会に著作権があります。
格上げおしゃれプランナー協会以外での使用、
また外部の者に閲覧させるなど、譲渡することを、固く禁止
します。

目次

1.講座の構成	4
2.眉の描き方	5
3.アイライン	11
4.アイシャドウ	13
5.チーク	16
6.リップ	19
7.マスカラ	20

1. 講座の構成

この講座は4時間構成となっています。

1級講座については実技が多く含まれますので、シナリオはあくまで目安としてください。

おおよそ下記の構成で行って下さい。

1.眉の描き方（60分）

2.アイライン（30分）

-休憩-15分

3.アイシャドウ（50分）

4.チーク（20分）

-休憩-10分

5.リップ（20分）

6.マスカラ（20分）

7.撮影・次回の連絡（15分）

2 眉の描き方

こんにちは。

前回の講座後、ご自宅でクローゼットはチェックしてもらえましたか？

〇〇さんはどうでした？

〇〇さんは？

参加者の方全員に確認してあげて下さい。

今日の講座では、診断シートを使って、皆さんお一人お一人の顔に合ったメイク方法をお伝えしていきます。

まずは、最も難しいけれど、一番印象が変わる眉から始めていきますね。

皆さん、診断シートを準備して下さい。

まずは眉を描いていく道具からお話ししていきます。

皆さんは、どんなアイテムをお使いですか？

鉛筆タイプのものを使用されている方は、

削り方がポイントになります。

鉛筆タイプは手軽なのですが、先が丸くなっていると、筆圧が強くなってしまい、自然な眉になりません。

また、鉛筆削りなどで削ってしまうと、今度は先が細すぎて、自然な仕上がりが難しくなります。

薙刀削りと言って、芯が扁平になる形に削ってあると、非常に描きやすく自然な眉になります。

図やネットで薙刀削りを見せてあげてください。

次に繰り出し式のアイテムですが、手軽なのですが、ペン先の太さがブランドによって、ばらつきがあり、こちらもペン先が丸くなりやすいので、注意が必要になります。

一番のオススメは繰り出し式のタイプで、ペン先が薙刀削りのように扁平になっているものです。

ペンの片側にパウダーが付いているものが一番オススメです。

というのも、ペンで輪郭を描き、中をパウダーで仕上げてい

くと、とても自然な眉が仕上がります。

また扁平になったペン先は、眉のカーブを描く時にとても便利なんですね。

では、早速眉を描いていきましょう。

ボードなどに図を描いて説明しましょう。

まず眉山を取ります。

眉山は鼻のてっぺんから黒目の中央を通った延長線上にとります。

その位置に縦に記しを入れて下さい。

次に眉尻、眉の終点を決めます。

眉尻は、小鼻の横から目尻の終わりを通った延長線上にとります。

ここで注意するのが、眉尻の記しは、眉頭よりも下がった位置に入れてしまうと、眉尻が下がってしまい、不幸眉と言って、幸薄い顔に見えてしまうので、

眉頭の下の位置よりも高い位置に入れていきましょう。

この時にも実際にお一人モデルとしてやって見せてあげて下さい。

次に眉山と眉尻を結びます。

この時に、眉の下のライン。眉の生えている毛流れに沿って下のラインから結んでいくとやりやすいと思います。

下のラインが出来たら、今度は上のラインを結んでいきます。

眉のお尻から作っていくイメージです。

この時、輪郭だけを描くようにして、中は塗りつぶさないように気をつけて下さい。

次に眉頭と今描いたお尻までを結んでいきます。

診断シートを出していただいて、

自分の目元が、男顔にあった方は、眉頭が並行になるように、眉頭の上の部分足を足します。

女顔だった方は、緩やかなカーブになるように、眉頭の上の部分はあまり足さない方が綺麗なカーブになります。

では、やってみましょう。

また診断表のバランスを見て、目と目の間の距離が大人顔だった方は、眉頭を自分の目頭よりも1-2ミリ離れたところから描き始めます。

子供顔バランスだった方は、1-2ミリ内側に描いていきます。

眉と眉の間が離れていると柔らかな印象、幼い印象になります。

また、眉と眉の間が狭いと、きつい印象やしっかりとしたイメージになります。

ですので、ご自身の本来持っている印象に合わせて、なりたいイメージによって、調整されていくと良いと思います。

輪郭が出来たら、次に中をパウダーで塗っていきます。

ここまで出来たら、眉のムダ毛をカットします。

はみ出ている部分をカットして下さい。

眉のお手入れは、眉を描いてある状態で行うと、左右差のな

い綺麗な眉に整います。

眉のお手入れは2日に1度のペースで行ってくださいね。

ここまで出来たら、仕上げていきましょう。

眉マスカラを使います。

眉マスカラは、大人顔の方はダークブラウン。

子供顔の方は、ライトブラウン系の色を使うと良いと思います。

眉マスカラは、まずブラシに取ったら、一旦ティッシュで均一になるようにオフします。

そしたら、毛流れと反対。目尻側から入れていきます。

地肌に密着させながら、眉頭まで持ってきたら、今度はそのまま目尻に流します。

これで、眉は完成です。

自分の出したい印象によって、眉の形や色を変えていくと、イメージを演出できますので、繰り返し練習してみてくださいね。

この練習もカクアゲー女の中ではやっています。

3.アイライン

次にアイラインを入れていきましょう。

診断表を準備して下さい。

アイラインも目の形に合わせて入れていきましょう。

そして、使用するアイテムですが、ペンタイプのもの。

こちらは、ぼかすことができないというデメリットがあります。リキッドタイプも同様です。ただ、リキッドは落ちにくいというメリットもありますので、

アイラインがすぐに落ちてしまうという方や、一重まぶたや奥二重の方にはオススメです。

落ちやすいのが気になる方は、ウォータープルーフタイプを使用されると良いと思います。

そして、最近のコスメで一番オススメなのが、ジェルタイプです。

こちらは、伸びがよく描きやすいのに、ぼかせるというメリ

ットがあります。アイラインが苦手な方には、特にオススメのアイテムになります。

まず、基本のラインを入れます。

こちらは、片方の手で、自分の瞼を引っ張りながら、まつげの間を埋めるように入れていきます。

目尻に先にラインを入れておくと、最後が跳ね上がることなく、ナチュラルなラインになります。

一度に引こうとしないで、ペンを細かく動かして入れていくことがポイントになります。

この時に、鏡を置いて、両手が空くようにしてスタートして下さい。

もし、失敗してしまっても、手でこすることのないようにして下さい。

うまくいかなかった時には、綿棒の先を使ってぼかしていくと良いですよ。

実際に自分が手本としてやってみましょう。

では、やってみましょう。

次に入れていく 2 本目のラインですが、

こちらは、目元のタイプによって、入れる位置が異なります。

図に書いて説明して下さい。

子供顔の方は黒目の中央に山をとって、黒目の中央が高くなるように入れていきましょう。

大人顔の方は、黒目の外側に山の裾が来るように入れます。

まず山の高さを決めて、両側に裾を下ろしていくと上手描けます。

一重まぶたの方や、奥二重の方はラインが瞼と重なってしまうので、山の高さを高くしてあげると、目元が強調されるようになります。

下まぶたのラインは、強調した位置にだけ入れるようにします。子供顔の方は黒目の下に、大人顔の方は目尻側に入れますが、この時に、上瞼とくっつけない。囲まないように気を

つけて下さい。

囲んでしまうと目が小さく見えます。

モデルさんの片目だけを実際にやってみましょう。

では、やってみましょう。

今の時点ではかなり違和感があっても、この後アイシャドウでぼかしていきますので、大丈夫です。

そして、アイラインは最後に入れるというメイク方法を行っていた方もいらっしゃるかもしれません。

アイラインを最後に入れてしまうと、アイラインがくっきりと残りナチュラルな仕上がりにならなくなってしまったので、アイラインは先に入れてシャドウでぼかすとナチュラルな仕上がりになります。

4.アイシャドウ

次にアイシャドウを入れていきましょう。

まず、皆さんがなりたいイメージを決めて下さい。

顔タイプ別のアイシャドウの色選びに関しては、こちらを参照して下さい。インストラクターの皆さんは、格上げメイクパレットを使用して下さい。

パレットの購入もできることをお伝え下さい。

受講者は 3,800 円で購入できます。

<http://firestorage.jp/download/2e08741a5ac7574346e2f0b887e409a26b4bbb2d>

まず一番濃い色をチップで入れます。

この時にチップを一旦ティッシュでオフして、チップになじませてからのせて下さい。

チップに均一についていないと、色ムラの原因となります。

目尻のキワから二重の幅の太さで、アイラインの形に合わせて入れます。

下まぶたにもアイラインを入れた上にのせていきましょう。

アイラインを入れたところに、一番濃い色をのせてぼかすことによって、アイラインが落ちにくくなります。

次に2番目に濃い色をブラシでのせます。こちら、ブラシを一旦ティッシュオフして使いましょう。

2番目の色は、眼球の丸みに合わせて入れていきます。

次にハイライト効果のある色を眉毛の下から、2色目に入れた色にかぶせるようにのせていきます。

最後に指の腹を使って、軽く押していくことで、馴染んできます。この時にこすらないように気をつけて下さい。アイシャドウはこすってしまうと、黒ずみの原因になります。

5.チーク

次にチークを入れていきます。

診断表をみてください。

チークは輪郭によって入れる位置を変えていきます。

まず子供顔の方は、頬骨の一番高い位置からこめかみにかけて入れていきます。

この時に、チークを内側に入れすぎてしまうと顔が大きく見えてしまうので、気をつけてください。

チークもブラシを一旦ティッシュでオフして入れましょう。

エレガントタイプの方は、顔の縦の長さと同幅をチークで短く見えるようにしていきます。

耳鼻腺という耳の下から、頬の一番高いところにかけて、最初にうっすらと影を入れます。

ブラシを反転させてこめかみの一番高いところでもくるくると2-3回回したら、こめかみに流します。

この時に、耳鼻腺の下から入れるラインはあくまで影をつけるだけです。

強く入りすぎないように、力を抜いてふんわり入れていくことがポイントになります。

次に宝塚タイプの方です。

宝塚タイプの方は、耳鼻腺と顎先を結んだ中央から、頬の一

番高い位置にかけて、こちらもうっすらと影を入れていきます。

この時にも力を抜いて、軽く影を入れるイメージで入れていきましょう。

頬の一番高いところまで持ってきたら、ブラシを反転させて、くるくると2-3回回します。

そしたら、こめかみにそのまま流しましょう。

これで出来上がりです。

最後に、仕上げのパウダーをのせます。

パウダーはベースメイクを作った時に、丁寧にのせた C ゾーンをより美しく強調するためにのせます。

パウダーは、パール粒子の入っているパウダーをチークと馴染ませるように C ゾーンに入れて下さい。

6.リップライン

最後にリップを入れていきましょう。

診断表を見て、唇のタイプを確認して下さい。

リップは、ブラシの使いかたにポイントがあります。

ブラシを縦に持ち、唇の縦皺を埋めるように入れていきます。

女性顔の方は、唇のラインに沿って入れていきます。

男性顔の方は女性らしい印象を出したい時には、上唇と下唇の中央にリップライナーで2-3ミリほどラインを入れて唇の縦のラインを出していきます。

こうすることによって、女性らしい印象になります。

アイシャドウの色など、なりたいイメージをエレガントやかわいいイメージにした時には、リップラインをプラス。

クールなイメージにした時には、そのままのラインを生かしてくださいね。

次に

女性顔の方がクールな印象を出したい時には、コントロール

カラーのベージュで、上唇と下唇のラインを消して、ラインを入れていきます。

仕上げに入れるグロスは唇の中央にのみ載せてください。

7. マスカラ

最後にマスカラです。

まずビューラーの使い方ですが、ビューラーは根元までしっかりと入れたら、握っている手元に圧をかけます。

そしたら、一気に肘を使ってあげていきます。

途中何度かはさみ直しをしたり、カシャカシャとすると、まつげが段になってしまいます。

肘はジョッキを上げるイメージでしっかりとあげます。

引っ張らずに指を離して圧を解放して下さい。

マスカラはブラシに取ったら、ティッシュで一旦オフします。

その後、根元から一気に毛先まで塗ります。

片方を塗ったら、重ねぬりをせずに、もう片方の目元を塗ります。

完全に乾いてから、重ね塗りをするとダメになることを防ぐことができます。

これで全てのメイクが完成です。

初日に、メイクをする前の画像を収めておくの良いかもしれません。

ご自身の画像を収めてみましょうか。

比べてみると、その差がわかりやすいと思いますよ。

ここまでのメイクを自分一人で行うと、どのくらいの時間がかかるか心配になるかもしれませんが、

メイクも慣れてしまえば、短時間で行うことができるようになります。

一番時間がかかるであろう眉は、お手入れをきちんとするこ

とで、描きやすくなりますからね。

次回の講座では一旦全てのメイクを落としてもらって、
一からご自身でメイクを行ってもらいます。

次回は恐れ入りますが、ノーメイクの状態に参加をして下さい。

2日間で行う場合は、ここで一旦メイクを落としてもらいましょう。

次回の講座では、骨格タイプ×顔の印象に合った髪形と、
2級で行った「話し方」のさらなる格上げを行っていきます。

次回の講座も楽しみにしてくださいね。

本日はお疲れ様でした。