

無料立ち読み版

自宅がネイルサロンに！  
初心者のための、  
本格ジェル講座

*gel nail lesson for beginners*

DVD付



目 次

用意する道具 .....	- 42 -
手順 .....	- 43 -
第1章まとめ .....	- 45 -
<b>第2章 プレパレーションでネイルが綺麗&amp;長持ち！(ハンド編)</b>	
.....	- 47 -
プレパレーションとは何ですか？ .....	- 48 -
どのような内容ですか？ .....	- 48 -
準備する道具・材料 .....	- 49 -
手順 .....	- 50 -
第2章まとめ .....	- 53 -
<b>第3章 初めてのネイルはポリッシュとシールで楽しむ</b>	- 55 -
ジェルポリッシュ+ネイルシール .....	- 56 -
デザインの特徴は？ .....	- 56 -
この章で学べること .....	- 56 -
準備する道具・材料 .....	- 57 -
手順 .....	- 58 -
第3章まとめ .....	- 65 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 65 -
アレンジを加えるなら.....	- 65 -
<b>第4章 ラメのグラデーションで鮮やかな指先に</b>	- 67 -
ラメグラデーション .....	- 68 -
デザインの特徴は？ .....	- 68 -
この章で学べること .....	- 68 -
準備する道具・材料 .....	- 69 -
手順 .....	- 70 -
第4章まとめ .....	- 77 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 77 -
アレンジを加えるなら.....	- 77 -
<b>第5章 定番アートの代表であるフレンチを習得</b>	- 79 -
フレンチ .....	- 80 -
デザインの特徴は？ .....	- 80 -
この章で学べること .....	- 80 -

目 次

準備する道具・材料 .....	- 81 -
手順 .....	- 82 -
第5章まとめ .....	- 93 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 93 -
アレンジを加えるなら…… .....	- 93 -
<b>第6章 マーブルでブラシワークの基本を学ぶ</b> .....	- 95 -
マーブル .....	- 96 -
デザインの特徴は？ .....	- 96 -
この章で学べること .....	- 96 -
準備する道具・材料 .....	- 97 -
手順 .....	- 98 -
第6章まとめ .....	- 105 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 105 -
アレンジを加えるなら…… .....	- 105 -
<b>第7章 プッチ柄ネイルで“柄もの”を極める</b> .....	- 107 -
斜めフレンチ+プッチ柄 .....	- 108 -
デザインの特徴は？ .....	- 108 -
この章で学べること .....	- 108 -
準備する道具・材料 .....	- 109 -
手順 .....	- 110 -
第7章まとめ .....	- 121 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 121 -
アレンジを加えるなら…… .....	- 121 -
<b>第8章 独特の模様でやみつきになるピーコック柄</b> .....	- 123 -
ピーコック柄 .....	- 124 -
デザインの特徴は？ .....	- 124 -
この章で学べること .....	- 124 -
準備する道具・材料 .....	- 125 -
手順 .....	- 126 -
第8章まとめ .....	- 134 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 134 -
アレンジを加えるなら…… .....	- 134 -

## 第9章 カラーグラデーションの技法を覚え

ワンランク上のネイルに ..... - 135 -

カラーグラデーション .....	- 136 -
デザインの特徴は? .....	- 136 -
この章で学べること .....	- 136 -
準備する道具・材料 .....	- 137 -
手順 .....	- 138 -
第9章まとめ .....	- 150 -
初心者が失敗しやすいポイントは? .....	- 150 -
アレンジを加えるなら.....	- 150 -

## 第10章 逆フレンチと3Dを組み合わせた大人ネイル ..... - 151 -

逆フレンチ+3D.....	- 152 -
デザインの特徴は? .....	- 152 -
この章で学べること .....	- 152 -
準備する道具・材料 .....	- 153 -
手順 .....	- 154 -
第10章まとめ.....	- 166 -
初心者が失敗しやすいポイントは? .....	- 166 -
アレンジを加えるなら.....	- 166 -

## 第11章 エクステンションで爪を理想の形に ..... - 167 -

エクステンション .....	- 168 -
デザインの特徴は? .....	- 168 -
この章で学べること .....	- 168 -
準備する道具・材料 .....	- 169 -
手順 .....	- 170 -
エクステンションを外すときは...	- 183 -
第11章まとめ.....	- 184 -
初心者が失敗しやすいポイントは? .....	- 184 -
アレンジを加えるなら.....	- 184 -

## 第12章 ジェルのオフテクニック(ハンド編) ..... - 185 -

ジェルオフとは何でしょうか? .....	- 186 -
----------------------	---------

目 次

ジェルオフを行うタイミングは？ .....	- 186 -
どのような工程がありますか？ .....	- 186 -
準備する道具 .....	- 187 -
手順 .....	- 188 -
第12章まとめ .....	- 191 -
<b>第13章 フットケアも覚えて素足美人に！ .....</b>	<b>- 193 -</b>
フットケアにはどのようなものがありますか？ .....	- 194 -
準備する道具・材料 .....	- 195 -
ネイルケア STEP1 ファイリング 爪の形を美しく整えましょう.....	- 196 -
ネイルケア STEP2 キューティクルケア 爪の輪郭を美しく！ .....	- 197 -
ネイルケア STEP3 バッフィング 爪の表面を滑らかにしましょう。 .....	- 198 -
フットマッサージ .....	- 200 -
用意する道具 .....	- 200 -
手順 .....	- 201 -
第13章まとめ .....	- 207 -
<b>第14章 プレパレーションでネイルが綺麗&amp;長持ち！（フット編）</b>	<b>- 209 -</b>
.....	- 209 -
フットのプレパレーションはどのような内容ですか？ .....	- 210 -
準備する道具 .....	- 211 -
手順 .....	- 212 -
第14章まとめ .....	- 215 -
<b>第15章 初めてのフットは、ジェルポリッシュで .....</b>	<b>- 217 -</b>
ジェルポリッシュ+ネイルシール+ラインストーン .....	- 218 -
デザインの特徴は？ .....	- 218 -
この章で学べること .....	- 218 -
準備する道具・材料 .....	- 219 -
手順 .....	- 220 -
第15章まとめ .....	- 227 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 227 -
アレンジを加えるなら.....	- 227 -
<b>第16章 春が待ち遠しい押し花アートで足先を彩る .....</b>	<b>- 229 -</b>
ジェルポリッシュ+押し花風シール .....	- 230 -

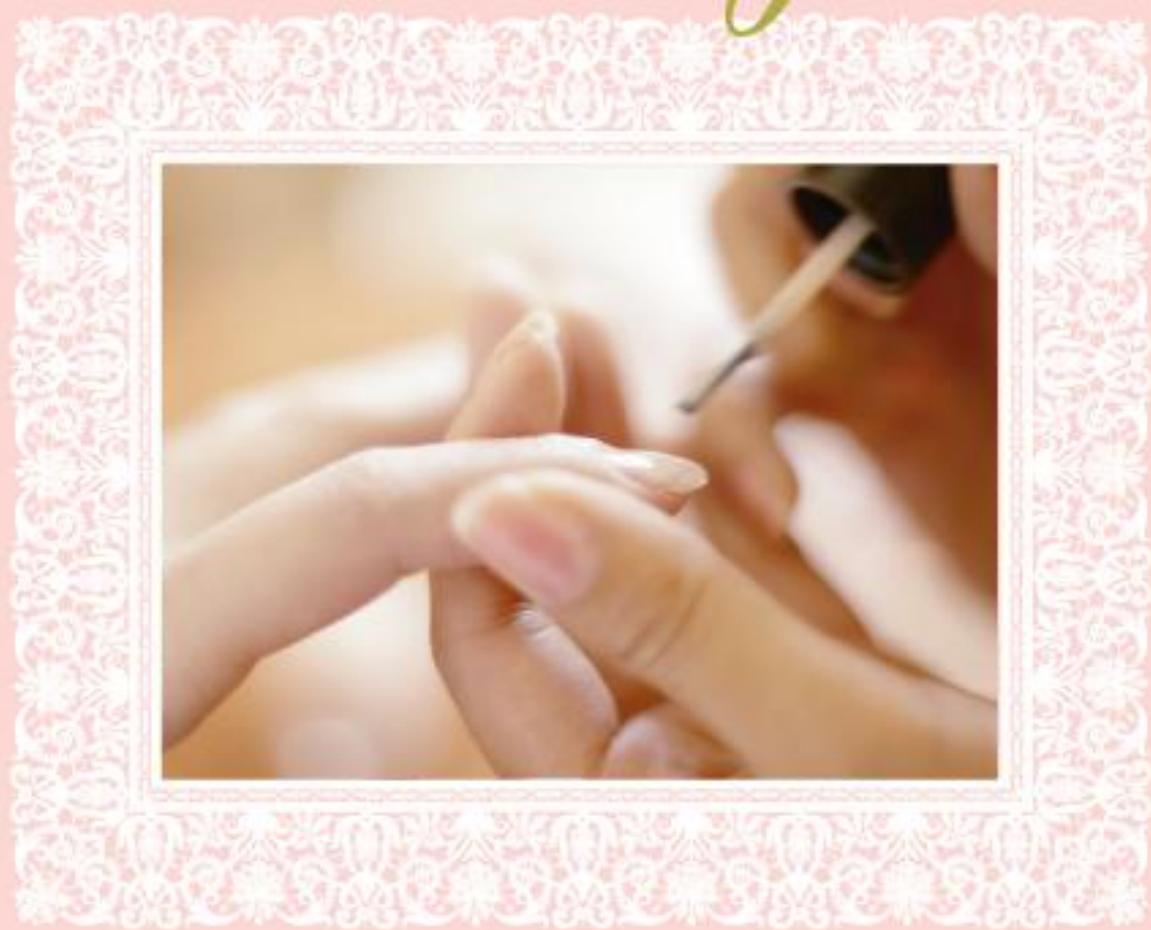
目次

デザインの特徴は？ .....	- 230 -
この章で学べること .....	- 230 -
準備する道具・材料 .....	- 231 -
手順 .....	- 232 -
第16章まとめ .....	- 239 -
初心者が失敗しやすいポイントは？ .....	- 239 -
アレンジを加えるなら.....	- 239 -
<b>第17章 ジェルのオフテクニック(フット編)</b> .....	- 241 -
ジェルオフを行うタイミングは？ .....	- 242 -
どのような工程がありますか？ .....	- 242 -
準備する道具 .....	- 243 -
手順 .....	- 244 -
第17章まとめ .....	- 247 -
<b>終章 さらにネイルの世界を楽しむには？</b> .....	- 249 -
上級レベルになるとどんなことができるようになりますか？ .....	- 250 -
さらに自分で上達していくにはどんな事に取り組めばいいですか？ .....	- 251 -
和久井先生はどのように上達してきたのでしょうか .....	- 251 -
今まで見てきた中で、上達が早い人と遅い人との違いは？ .....	- 252 -
和久井先生はネイルのデザインをどのように作り上げるのですか？ .....	- 252 -
ネイルを取り入れたオススメのライフスタイルは？ .....	- 253 -
応援メッセージ .....	- 254 -
著作権について .....	- 255 -

自宅がネイルサロンに！初心者のための、本格ジェルネイル講座 (DVD 付)

目 次

# Prologue



序 章

ジェルネイル基礎の基礎

## 和久井先生がネイルに出会ったきっかけは？

あれは高校生の頃。アメリカ帰りのネイリストさんの技術に驚きました。

当時はまだ現在のようにネイルサロンがお馴染のものではなかったのですが、友人のお姉さんがアメリカでネイリストとして活動していらして、その方が日本に帰っていらしたときにたまたま爪を塗ってもらったことがありました。彼女が仕上げてくれた自分の指先を見て、なんて素敵なんだろう！と思ったのがネイルの世界に興味を持ったきっかけです。ネイリストってとても綺麗なお仕事だなあと憧れを抱いたのを覚えています。

その後は、自分でも短い爪に色を塗ったり、ラインテープを使ってデザインを楽しむようになりました。と言っても、専門的な道具を使っていたわけではなく、雑貨屋さんで売っているようなものを自分流にアレンジして使って遊んでいただけですけどね。日本にはまだジェルネイルが伝わっていない頃のお話です。

## これまで、どこでどんな事を学ばれたのですか？

日本にスクールが出来始めたばかりの頃。まだまだ授業料が高くて……

私の学生時代にはまだ日本にネイルスクールがひとつしかありませんでした。そこに入るにはとてもお金が必要でしたので、実はその時点で一度ネイリストの夢を諦めています。そしてネイルとは縁のない企業に就職をしました。でも、会社員生活を送っているうちに、日本にもスクールがどんどん増えたのと、自分の経済状況が少しずつよくなるなどしたことから、再び挑戦を決めたのです。ちょうど会社員になって5、6年経った頃。たくさんのスクールの中から自分に合ったところを選びました。

スクールに行くからにはプロになると決めていました。

卒業後は会社を辞めることを前提に、まず勤務形態を正社員からアルバイトに変えて時間をつくり、スクールには週2回のスケジュールで約8ヶ月間通いました。はじめからプロになるつもりで行動していましたね。



## ネイリストとして活躍するまでのプロセス

最初はサロンに関心がなく、フリーランスで活動をしていました。

私はスクール卒業後にサロンに勤務するつもりも、自宅サロンを開くつもりもありませんでした。最初からフリーランスでやろうと心に決めていたので……自分ひとりでチラシを作ってポスティングをするなどの営業を開始。それで何軒かのお宅と、美容室さんに呼んでいただけるようになり、出張ネイルという形態でお仕事をするようになりました。

チラシまきから半年ほど経った頃に、卒業したネイルのスクールから依頼を受けて、講師として勤めるようになり、その後の約7年間は「出張」と「講師」というスタイルで活動しました。この間に雑誌などで記事に取り上げていただくことが数回あり、次第にいろいろな方に知っていただけるようになりました。

そして、今(2010年)から約8年前に講師として勤めていたスクールが閉校することになり、それをきっかけに自分でサロンを開いて、ネイルの楽しさやプロのネイリストの仕事を皆さんにお伝えするようになったのです。現在はネイル検定の審査員も務めております。

### 会社員として勤務

ネイリストを目指し、正社員からアルバイトに切り替え  
8ヶ月間 週2回スクールに通う

### フリーネイリストとして出張ネイル活動

卒業したスクールの講師として活動

雑誌 25ans、Vingtaine などで紹介される

### スクールが閉校

2002年 自由が丘に R nail school & salon を開く



## 和久井先生のお教室に通われている方々は、どのようにネイルを楽しんでいるのですか？

皆さん、ご自分の生活に合ったペースで楽しまれていますよ。

### A さん 40代（主婦）

サロンのご近所にお住まいのAさんは、まったくのネイル初心者だったのですがネイルケアを受けたことから興味を持たれて入校。お子さんが学校に行っている昼間の時間を利用して1週間に2回、2年間で約100回のレッスンを受けられました。今では、ママ友達の皆さんを相手にご自宅でサロンを開いていらっしゃるそうです。

### B さん 20代（会社員）

ネイルが大好きなBさんは趣味として30回コースを受講されました。普段サロンでやってもらっているほとんどのことがご自分でできるようになり大満足とのこと。サロンに行かれることもお好きなので、いろいろなところで最新情報やテクニックを学びつつ楽しいネイルライフを送られているそうです。

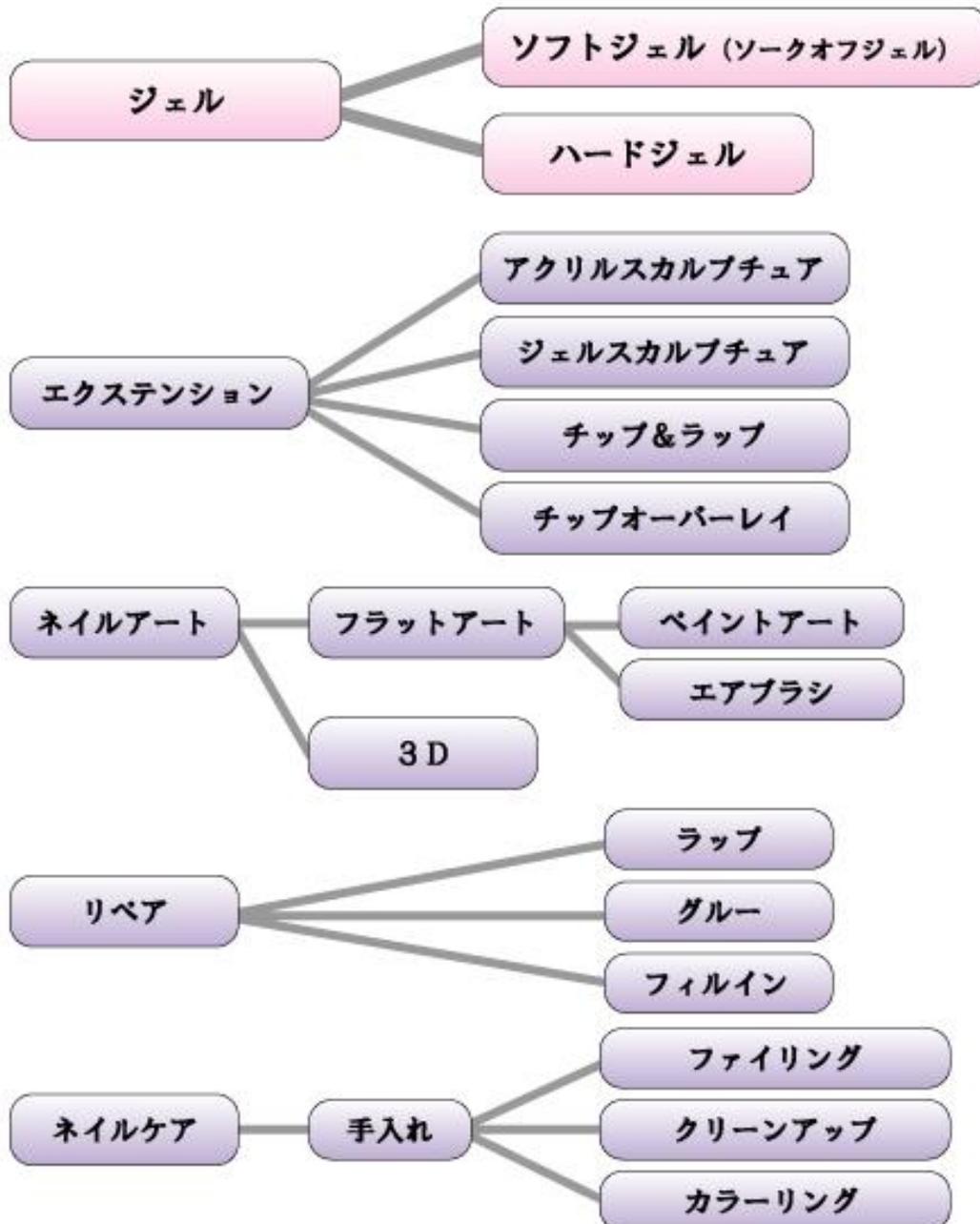
### C さん 30代（主婦）

ご家族で古着屋さんを経営されていたAさんは、新たにサロンを開くことを目標に勉強されていました。最初は検定に興味を持っていないとおっしゃっていたのですが、検定1カ月前になって突如受検を決心！ 並々ならぬ集中力で猛特訓し、見事に合格されたのがとても印象に残っています。現在では夢を実現し、お友達と一緒にオーラソーマとネイルを楽しめるサロンを営まれています。「熱意」の大切さを教えてくれたお客様です。

お仕事や育児など、皆さんそれぞれにお忙しいと思いますが、ご自分のライフスタイルにあった方法でゆっくりレッスンをされています。早く上達することよりも、どれだけ楽しめるかが大切。焦らずにリラックスしてチャレンジを続けてくださいね。

## ネイルの世界の様々なジャンル

実は多岐に分かれ、それぞれ専門的な技術が要されます。



## そもそもジェルネイルとは？

「紫外線をあてると硬化するジェル」で爪にケアやアートを施すものです。

ジェルネイルとは、少々とろみがある液状のジェルを爪に塗布し、専用のUVライトで紫外線または、LEDライトで可視光線を照射させて固める技法を指します。一度固まったらよれたり傷がついたりすることはほとんどなく、数週間美しい状態をキープできるのが特徴です。今、ネイルサロンのほとんどがこのジェルネイルを用いており、最近では一般家庭でもジェルネイルを楽しめるキットも販売されています。これからネイル技術を習得する上では外せないテクニックのひとつと言えるでしょう。ジェルネイルにはソフトジェル(ソークオフジェル)とハードジェルがあります。本書では比較的扱いやすく普及率も高いソフトジェルを使用したテクニックを紹介していきます。

### ジェルネイルの魅力

#### 1 美しいツヤと透明感

いつも塗りたてのようなツヤを保てるのは最大の魅力。それでいて指先にしっとりなじみ違和感を与えません。

#### 2 硬化後すぐに指先が使える

UVライトでジェルを硬化させてしまえば、直後から手作業が可能。フットも仕上がり後、すぐに靴が履けるから便利です。

#### 3 はがれにくく丈夫な仕上がり

丈夫なジェルネイルは仕事や家事で指先を使うことが多い人にオススメです。はがれにくいので、頻繁にはネイルをチェンジしたくないという人にも適しています。

#### 4 カスタム方法が無限

ジェルはブレンドして使うことができます。手持ちのカラーが少なくても混ぜ合わせることで、バリエーションがアップ。グリッターやホログラムとの相性も抜群です。

#### 5 においが少なく、施術の場所を選ばない

アクリルに比べて刺激臭が少ないのが特徴です。作業中にほとんど匂いを感じないので快適。施術の場所を選びません。

## ソフトジェルの特徴と魅力は？

ハードジェルとの違いを以下にまとめてみました。

ジェルネイル	
ソフトジェル	ハードジェル
専用の溶剤でオフできる 爪への負担が軽い	ファイルやマシンで削ってオフ 爪を傷める可能性がある
薄づきで軽いつけ心地	ソフトジェルよりも ツヤがある
柔軟性がある	強度がある
長さを約1cm迄出せる	長さを約2cm迄出せる

一番大きな違いは、ジェルを除去する(オフする)ときの方法にあります。ハードジェルは塗布したジェルを削って落とすため、爪に負担がかかりがちです。その点、ソフトジェルは溶剤を用いれば簡単にオフすることができます。



ソフトジェルを除去する方法は  
第12章及び17章の「ジェルのオフテクニック」で  
詳しく解説しています。

## 初心者におすすめのジェルブランドを教えてください

ブランドそれぞれの特徴を踏まえて好みのものを見つけましょう。

	仕上り	価格 (スターターキットで比較)	入手容易度
カルジェル	◎	△ プロ仕様のため スターターキット無	△ 公式講習会参加者 のみ購入可能
バイオ スカルプチュア ジェル	◎	△ 約60,000円	○ プロ用だがネットシ ョップで購入可能
ノビリティ	○	◎ 約47,000円	◎
アクセッツ	○	◎ 約45,000円	◎
クリストリオ	○	◎ 約43,000円	◎



本書では 初心者の方でも扱いが容易で、価格的にも手に入りやすい NOBILITY (ノビリティ) の製品を使用しています。

## ジェルネイルを始めるにあたって必要なアイテムは？



### ①UVライト

ジェルを硬化させる紫外線を照射する専用ライト。各ブランドによってワット数に違いがあるので、使用するカラージェルと同じブランドのものを使用しましょう。

②エメリーボード 爪の先を整えるのに使用します。

### ③ファイル

爪の表面を整える際やジェルの表面を軽く削る際に使用。150G(グリッド)や180Gと数値が記載されています。数値が小さいほど目が粗くなると覚えておきましょう。

### ④スポンジバッファー

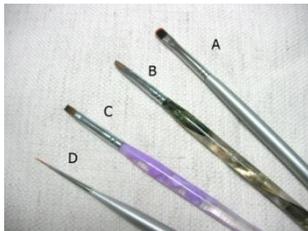
爪の表面のツヤをとる際に使用。オフ後に爪の表面を整えるためにも使われます。

⑤メタルプッシャー キューティクルのお手入れに使用します。

序章 ジェルネイル基礎の基礎

⑥筆（ブラシ）

ジャータイプの容器に入ったジェルを爪に塗布する際に使用。筆先にはオーバル、フラット、フレンチなど数種類があり、用途に応じて使い分けます。



A 丸くカットされている「オーバル」

B 先端が斜めにカットされている「フレンチ」

C 平塗りが容易な「フラット」

D 細かなラインも描ける「アート」

こしの強さ・柔らかさなど、お好みのものを選びましょう。

⑦ジェルクレンザー

手指の消毒、未硬化ジェルの拭き取り、道具の洗浄等に使用します。

⑧ジェルリムーバー ジェルをオフする際に使う専用除去溶剤です。

⑨クリアジェル ベースとトップに使用する基本の透明ジェル。

⑩プライムボンド 爪表面の油分と水分をとり払い、ジェルの密着を高めます。

⑪カラージェル

色のついたジェル。ブランドによってはジェルポリッシュとも呼ばれます。ブレンドが可能でオリジナルの色を作ることができます。

※カラージェルの硬化時間や成分はブランドごとに差があります。ブレンドは同じブランド同士で行ってください。

⑫トップジェル

ハードタイプの透明ジェル。仕上げに塗るとさらにツヤが出て、持ちもよくなります。

⑬ワイプ

未硬化ジェルの拭き取り、爪表面のダスト除去、道具の洗浄などに使用用途は多岐に渡ります。繊維がほつれにくいペーパータオル状のものがオススメ。

⑭キューティクルオイル

爪とその周囲を保湿するトリートメントオイル。



## UVライトの選び方を教えてください。

使用するカラージェルと同じブランドのものがオススメです。



ジェルを硬化させるためになくてはならない、UVライト。形状や大きさ、タイマーの有無など様々なタイプのもがあります。最近では、比較的安価でコンパクトなものが家庭用として人気のようです。

選び方のポイントは、まず、ソフトジェルの硬化に必要な9W以上のものであること。ただし、ブランドによって必要ワット数には若干の差がありますから、いろいろなブランドのジェルに挑戦したい方は、ワット数が切り替えられるタイプが便利。低予算で気軽に楽しみたいという初心者の方は**使用するカラージェルと同じブランドのUVライトを選ぶと安心です。**

ワット数が足りないと、ジェルが固まらない、すぐに浮き上がってしまうなどトラブルの原因になるので注意してください。

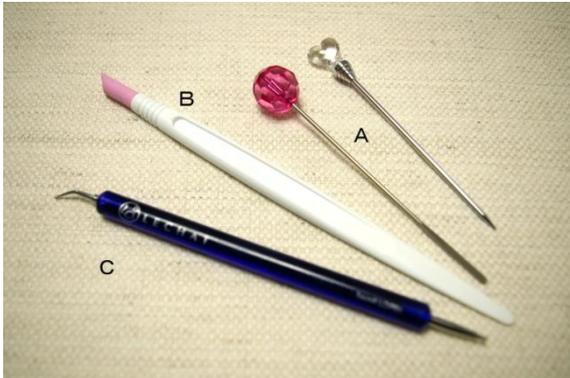
また、詳しい使用方法については付属の取り扱い説明書をよく読み、必ず内容に従ってください。電球の取り換えなど定期的なメンテナンスもお忘れなく。

### UVライトで日焼けしないの？

日焼けの心配はいりません。

紫外線には、UV-A、UV-B、UV-C と3タイプあり、このうちUVライトで使用するのは日焼けの心配のないUV-Aです。安心して使用できます。

## あると便利なオススメアイテムは？



### A スパチュラ

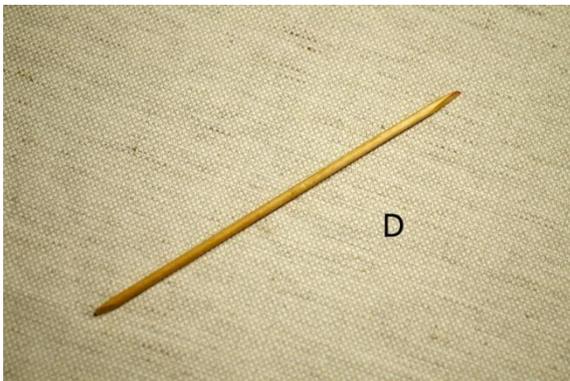
ジェルをブレンドする際に使用。

### B セラミックプッシャー

キューティクルのお手入れに使用。

### C アクセサリーピッカー

ラインストーンなど小さなパーツを先端に吸着させて拾います。



### D ウッドスティック

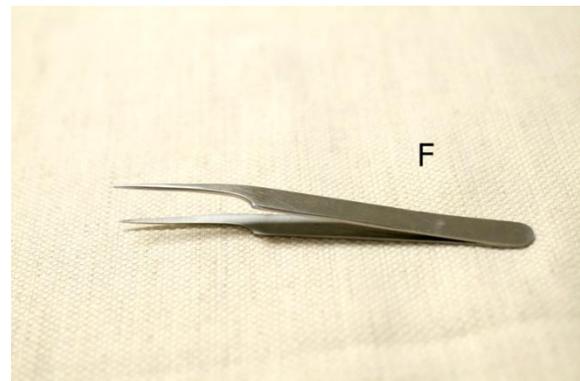
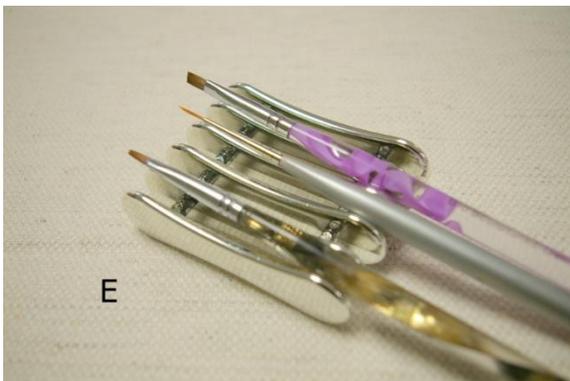
爪の周囲にはみ出したジェルを取り除くのに便利。

### E 筆置き

作業中に筆を置く場所があると便利！

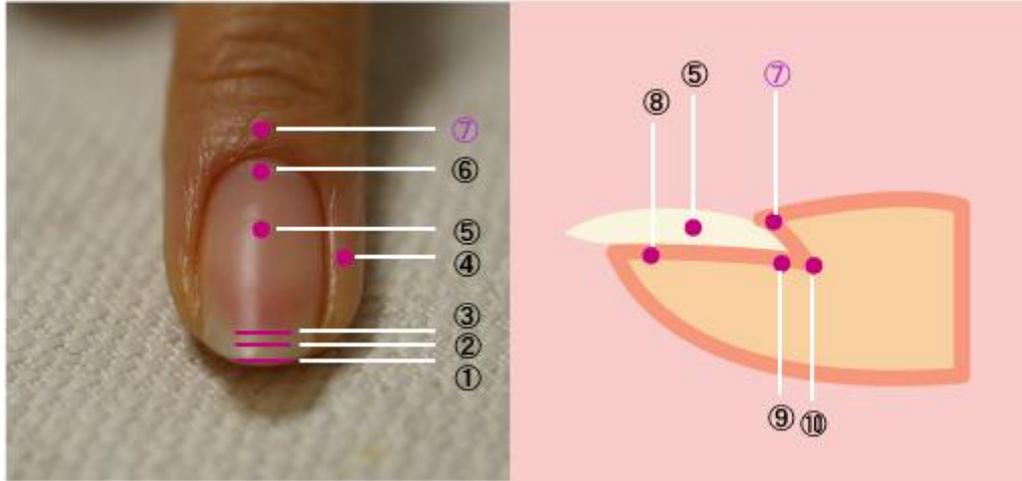
### F ピンセット

ラインストーンやシールを扱う際に使用。



どれもネイル専門店やコスメショップで手に入ります。最近はネットショップも便利ですね。もちろん身近なものでも代用可能ですから、ご自分にあった使い勝手のよいものを探してみてください。お手入れや保管方法など、衛生管理には十分気を配りましょう。

## 爪の仕組みと基礎知識



### 爪の部位 名称と構造

- ①エッジ 爪の先端。厚みの部分。
- ②フリーエッジ(爪先) ネイルプレートがネイルベットから離れた部分。
- ③イエローライン(黄線) フリーエッジとネイルベットの境界線。
- ④サイドウォール(側爪郭) ネイルプレートの左右の端。皮膚に覆われている。
- ⑤ネイルプレート(爪甲) 一般的に「爪」と呼ばれる爪全体のこと。
- ⑥ハーフムーン(爪半月) 爪の根元に見える半月状の部分。見えないこともある。

### ⑦キューティクル(甘皮)

ネイルマトリクスを保護している部分。キューティクルのケアはジェルネイルにおいてとても重要。

### ⑧ネイルベット(爪床) ネイルプレートと密着している皮膚の部分。

### ⑨ネイルマトリクス(爪母) ここで爪を作りだしている。

### ⑩ネイルルート(爪根) 爪を作りだしている根元部分。

### ネイルプレートは三層構造

さほど厚くは見えない爪ですが、実はネイルベット側から順にアンダープレート、ミドルプレート、トッププレートと3つの層に分かれます。ジェルを塗るのはトッププレートの表面。オフする際に無理にジェルを剥がそうとすると、トッププレートを傷める原因になるのでご注意ください。必ず専用の溶剤で丁寧にオフしましょう。

## ジェルネイルの基本プロセス

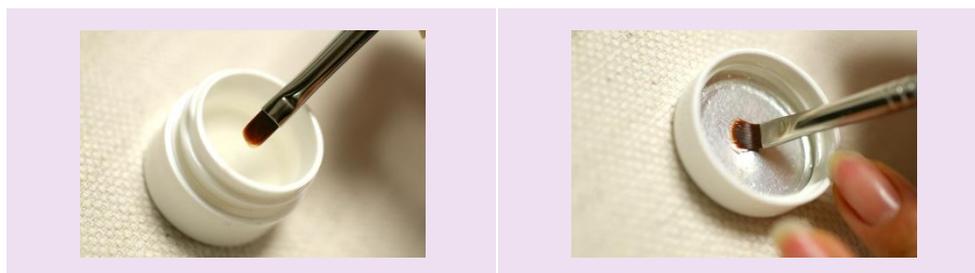
基本をしっかりマスターしておけば、いろいろなテクニックに応用できます。

①プリパレーション	⑤カラージェル塗布(1)	⑨クリアジェルを塗る
		
大切な下準備。仕上がりが大きく変わります。	カラージェルを薄く塗ります。	トップコートの役割をします。
②プライムボンドを塗る	⑥UVライトで仮硬化	⑩UVライトで完全硬化
		
爪の油分・水分を除去し、ジェルの定着度アップ。	1分間ライトにあててジェルを固めます。	最後は3分間。完全に硬化させます。
③クリアジェルを塗る	⑦カラージェル塗布(2)	⑪未硬化ジェル拭き取り
		
ベースコートの役割をします。	ジェルは二度塗りが基本。	ワイプにクレンザーを染み込ませて爪表面を拭きます。
④UVライトで仮硬化	⑧UVライトで仮硬化	⑫キューティクルオイル
		
1分間ライトにあてます。	もう一度ライトで硬化。	仕上げに保湿のためのオイルを塗って完成です。

## 道具のお手入れ方法

### ブラシのお手入れ

#### ●新品のブラシをおろすとき



- ①ブラシに少量のジェルをとります。
- ②容器の蓋の裏側を使い、筆先がしなやかになるように数回ブラシを動かして、ジェルを馴染ませてから使いましょう。

#### ●使用後のブラシのお手入れ



- ①ワイプにジェルクレンザーを含ませます。
- ②丁寧にブラシの汚れを拭き取ります。
- ③筆先を指で整えます。
- ④キャップをして保管。ない場合はアルミホイルで代用しても可。

## 容器のお手入れ



容器についたジェルは、  
ジェルクレンザーを含ませた  
ワイプで丁寧に拭き取ります。  
蓋はきっちりとしめて  
直射日光の当たらない場所で  
保管しましょう。

## エメリーボードについて



新品のエメリーボードは  
際の部分をファイルで削り  
滑らかにしてから使いましょう。  
こうしておく  
爪周辺の肌を傷つけません。

## UVライトのお手入れ



電球が古くなってくると  
ジェルの硬化不足を招きます。  
取り扱い説明書に従って  
定期的に電球の点検・交換を。

## ジェルネイルをする際の注意点

基本的なルールを守って安全・快適にジェルネイルを楽しみましょう。

### ●アレルギーについて

まれにジェルに含まれる成分や、UVライトの紫外線が体質的に合わない方がいらっしやいます。ジェルネイルを施した際に、爪や皮膚などに異常を感じたら速やかに使用をやめ、医師にご相談ください。

### ●キューティクルケアについて

キューティクルはとても繊細な部分です。無理はせず、やさしいケアを心がけてください。とくに、爪母と言われる部分にダメージを与えてしまうと、爪の健康な成長を妨げることに。道具をあてる角度や力加減など基礎をしっかり守ってください。ご自分はもちろん、ご家族やお友達にケアをしてあげる際には細心の注意を払いましょう。

### ●施術後のケアについて

一度塗ったら数週間は美しさをキープできることが魅力のジェルネイルですが、施術後にケア要らずという訳ではありません。万が一、ジェルが浮いてきたり、爪先が割れてしまったりした場合は、お直しをする必要があります。そのまま放置しておく、自爪を傷つける恐れがあることをお忘れなく。とくに、浮き上がったジェルをそのままにしておく、自爪との間に緑色のカビが繁殖する可能性があります。こまめに爪をチェックし、正しいタイミングで丁寧にオフしましょう。

### ●道具の保管について

ジェルは紫外線に反応してしまいます。蓋を開けたまま、UVライトの近くに置いておくと固まってしまうのでご用心。日光や蛍光灯に含まれる紫外線にも注意です。使用後は直射日光が当たらない場所に保管してください。幼児やペットの誤飲にも十分注意しましょう。



## 本講座をどのように活用したら長く楽しんで続けられますか？

最初は基本を真似てシンプルに。慣れて来たらどんどんアレンジを！

このテキストでは、ジェルネイルの基本的なテクニックをいくつも紹介していきます。工程を詳しく理解していただくためのDVDが付属されていますから、ぜひそちらの動画を見ながら、技のひとつひとつをマスターしていきましょう。

最初は、カラージェルを塗るだけでも、その仕上りの美しさに魅了されることでしょう。そこに、ラインストーンを加えたり、レースシールを貼ったり……それだけでも表情が大きく変わります。フレンチやマーブル、グラデーションなど、憧れのネイルも工程を覚えれば後は実践、練習あるのみ。ご自分でできるようになることを目指して、楽しみながら頑張ってみてくださいね。難しそうに見えるデザインも実は基本的な技の組み合わせです。オリジナルデザインもどんどん考えてみましょう。

自宅レッスンを進めるうちに、ジェルネイル検定に興味を持つ方もいらっしゃるのではないでしょうか。プレミアム特典では、検定合格のための勉強法を紹介していますので、ぜひそちらを参考にしてください。将来ネイリストとして働きたい方も必見です。



テキストやDVDを見てもわからない点や、ジェルネイルに対する疑問には、メールサポートをご利用いただきたいと思います。私、和久井が直接アドバイスさせていただきます。プレミアム特典のメールサポートをぜひご利用ください。

また今回はプライベートレッスンの特別招待チケットもおつけしています。レッスンの内容は皆さまそれぞれのご要望に応じますので、この機会を有意義にお使いいただければ幸いです。詳しくはプレミアム特典をお読みくださいませ。

DVD、テキスト、プレミアム特典。これらをフル活用すれば、初めてジェルネイルに挑戦する方でも、きっとこの奥深く魅力いっぱいの世界にやみつきになること間違いありません。どうぞご自分のペースで、ゆっくりと楽しんでください。