

令和7年度アビリンピック北海道大会

ネイル施術 競技課題

1 競技内容

作品は、課題 1～2 の 2 種類とする。

○課題 1：『ネイルケアとカラーリング』

前半：【ネイルケア】（両手）

爪の長さ、形、表面を整え、キューティクルのお手入れをします。ネイルサービスの基本となる健康で美しい爪と指先を保つためのネイルケアの仕上がりテクニックで競います。

後半：【カラーリング】（両手）（右手：ネイルポリッシュ 左手：ジェルカラーリング）

2 種類のカラーリングを施します。カラーリングの基礎であるネイルポリッシュとサロンサービスの主流であるジェルネイルカラーリングで、材料に合わせたテクニックと施術の正確さ、トータルの仕上がり的美しさで競います。

●モデルの右手（指 5 本）カラーリング：ポリッシュ（マット赤）

●モデルの左手（指 5 本）カラーリング：ジェル（白パール）

○課題 2：『ネイルチップアート』 テーマ：紅葉

テーマに合わせたネイルデザインをネイルチップ（5 本）に施します。ネイルデザインの基本的なテクニックを用いて、独創的で華やかなネイルアートを時間内に制作します。

2 競技時間

○課題 1：75 分

前半：【ネイルケア】30 分

手指消毒からスタートし、両手ウォーターケアを利用したキューティクルケアを行う。

爪の表面は、後半のカラーリング内容に応じた準備としてそれぞれバッフィング（右手）とサンディング（左手）まで行う。

後半：【カラーリング】45 分

モデルの両手にそれぞれ決められた 2 種類のカラーリング（右手：ポリッシュ、左手：ジェル）を行う。

○課題 2：70 分

- ・作品はベースをポリッシュとし、アート部分はポリッシュ、アクリル絵の具を使用。
- ・一枚のチップの仕上がりにはテーマにあったアートデザインが 50%以上施してあること。

- ・爪につけられるアート作品（爪に装着可能な作品）であること。
- ・立体的なパーツをその場で作成し爪に装着することは可。
- ・効果的にストーン、ホログラム、ラメ、スタッズなどを使用することは可。

3 作品の提出方法

- 課題1：モデルへの施術をもって提出とします。
- 課題2：競技終了後、所定の用紙に張り替え提出します。

4 注意事項

- ①使用する用具・用材に不具合が発生した場合は、競技委員に報告し、指示に従ってください。
- ②メモ、デッサン画、参考書、その他の資料等の持込みは一切不可とします。
- ③補助具等（書見台等）の導入が必要な場合は、競技日の前日までに主催者に申し出ること。
その場合、原則として、参加者自身が持参し、競技開始前に競技委員の立ち会いのもとで設置します。ただし、設置に関して不具合があっても特別な配慮は行いません。

5 競技会場に準備してあるもの

（ジェルカラー（白パール）はお持ち帰りにならないでください）

No.	用具・用材名称	仕様	備考
1	作業台	W1800×D450×H700（内高640）程度	
2	選手用電気スタンド	クランプ式蛍光灯：110ルクス/m ²	
3	電源コンセント	ジェルネイルライト用	
4	完成作品保管・展示用長机	W1800×450×700程度	
5	いす	背もたれ付	
6	ポリッシュリムーバー	ポリッシュリムーバー	
7	キューティクルリムーバー	キューティクルリムーバー	
8	ネイルチップ	競技当日配付	
9	ジェルカラー（白パール）LED対応	競技当日配付（コンテナタイプ）	
10	水	お湯の温度調節用	
11	電気ポット	1台を参加者で共有	
12	選手作業テーブル用のごみ袋	A4サイズのごみ袋 選手人数分用意	
13	セロテープ	上記13のごみ袋固定用	

6 競技者が持参するもの

No.	用具・用材名称	仕様等	
1	手指消毒液	手指消毒液（メーカーや形状は問わない）	
2	コットン	コットンやワイプは蓋つき容器に入れて用意	
3	ワイプ類	使用するジェルタイプのタイプに応じ用意	
4	ウェットステリライザー	消毒用タンブラーなど	
5	ディスペンサー	ポリッシュリムーバーやクレンザー容器	
6	ベースコート（ポリッシュ）		
7	トップコート（ポリッシュ）		
8	ポリッシュカラー（マット赤）		
9	ベースジェル	メーカーや形状は問わない	
10	トップジェル	メーカーや形状は問わない	
11	ジェルネイル用ブラシ	白パールがコンテナタイプのため筆が必要	
12	ジェルネイル用ライト	メーカーは問わない（LED カラージェルに対応した36Wクラスのライトが望ましい）	
13	プレプライマー	カラーリング、ジェルネイル塗布前に油分・水分除去用	
14	スパチュラ	カラージェル攪拌用	
15	メタルプッシャー/ネイルプッシャー	ネイルケア用	
16	キューティクルニッパー	ネイルケア用	
17	ネイルファイル	エメリーボード（爪の状態にあったグリットを使用）	
18	ウッドスティック	ネイル用を使用	
19	シャイナー	必要に応じて	
20	スポンジファイル (100/180/220G)	爪の凹凸、ジェルを塗布する爪のサンディングに使用	
21	ガーゼ	ネイルケア用	
22	ダストブラシ	ダストを払うブラシ	
23	トレイ（ケース）	用具・用材を入れる容器	
24	ブラシ立て	ジェルネイルブラシ入れ	

25	フィンガーボール	ネイルケア用	
26	ペーパータオル	作業エリア用	
27	アームレスト	モデル用	
28	ネイルケア用タオル	無地タオル	
29	チップスタンド	チップ固定台（5個組）	

※上記に記載のないもので、施術に必要と思われる物があれば、競技日の前日までに事務局にご連絡のうえ、ご持参下さい。

なお、持参した道具について、競技開始前に競技委員が確認のうえ、使用の可否を判断します。著しく有利になるとと思われる道具について、使用を認めない場合があります。

※ジェルネイルライト用に延長コードが必要と思われる方は各自でご用意下さい。

※【留意事項】

①施術するモデルは各自で手配をお願いします。【重要】

②競技当日のモデルの爪の状態について、以下のとおりとなっているようにご準備ください。準備が十分でない場合、減点の対象となります。

- ・ネイルカラーなどが何もついていない、ナチュラルネイルの状態。
- ・亀裂等の処理はネイルグルーのみ使用可（本数は問わない）。なお、ネイルグルー以外の素材でリペアが確認された場合には、減点の対象となります。
- ・何も塗布していない状態から始める。（ネイルグルーを除く）
- ・爪の長さは、手の平側から見て1mm以上5mm程度までの状態。
- ・形を整えられる長さがあり1週間以上お手入れをしていない状態。なお、1週間以上お手入れをしていない状態と判断ができない場合は、減点の対象となります。

③使用する道具は、普段使用しているものを各自持参して下さい。

※使用する製品や機器のメーカー等は問いません。

※ネイルケア、ネイルポリッシュ、ジェルネイル施術で使用する道具は、各自で必要な道具一式をお持ち下さい。

※後半のカラーリングでは、ネイルポリッシュによるカラーリング（マット赤）とジェルのベース・トップ及びそれらの施術に必要な材料と道具を各自持参してください。

※ジェルのカラーリングで使用するカラージェル（白パール）は、主催者側で用意します。

競技開始前のオリエンテーション時に、選手が持参したジェルネイルライトでの硬化状況やジェル製品のテクスチャー等を各自確認して頂きます。

※ネイルチップは主催者側で用意します。

※競技者が持参するもの一覧に記載がない材料などで必要な物は、各自で必要に応じてご用意下さい。

7 テーブルセッティングに関して

①競技開始前までに、全て準備が終了していること。

※作業中に使用器具、材料をカバンから出す場合は減点とすること。

②ジェルネイルライトの電源を競技開始前に確認すること。

③使用する器具、材料はトレーの中にセッティングし作業中も衛生的に管理すること（ジェルネイルライトは、トレーの外にセッティングし、各自で管理してください。

※ウェットステリライザーを必ずセッティングすること（キューティクルニッパー、メタルプッシャー、ウッドスティックをセッティング）。

※ジェルネイルライトは衛生的なものを使用し、競技中も衛生に配慮すること。

※ジェルネイルライトのセッティング場所は自由。

課題1 (ネイルケアとカラーリング)

●競技時間

75分 (前半：ネイルケア30分・《審査10分》／後半：カラーリング45分・《審査10分》)

●競技内容

モデルの手に、手指消毒からネイルケア～カラーリングまで施す。

【競技手順】

前半：ネイルケア (30分)

* 施術はウォーターケア (お湯を利用した) を利用したネイルケアをモデルの両手に施す。

○消毒液を含ませたコットンを用いて施術者の手指、次にモデルの手指を消毒する。

・ 施術者、モデルそれぞれに別のコットンを使用すること。

○エメリーボードを用いてフリーエッジの長さ^①と形を整える。

・ ファイリングは一方方向に行うこと。

・ 形はラウンド、オーバル、スクエアオフのいずれかの形で整えること。

・ 10本の長さ、形は揃えること。

○キューティクルリムーバーを塗布し、フィンガーボールに入れる。

○プッシャーを用いてキューティクルをプッシュアップする。

・ プッシャーはメタルプッシャーを使用すること。

(キューティクルリムーバーや水を使用しながら行うこと。爪を傷つけないようにすること)

○ガーゼとキューティクルニッパーを用いてルーススキン、ささくれを除去する。

・ キューティクルニッパーで爪や皮膚を傷つけないようにすること。

○後半のカラーリングにあった爪の状態を準備する。

・ モデルの右手：ポリッシュでの施術が施せる状態

・ モデルの左手：ジェルネイルの施術が施せる状態 (爪全体に適切なサンディングを施す)

サンディング不要のジェルを使用した場合でも、競技上のルールとして、モデルの爪に適切なサンディングを行ってください。

○爪の表面、裏面のダストをキレイに取り除く。

○使用した用具・用材を全てトレーに戻す。汚れたペーパータオルを交換する。

○手指消毒 (技術者の手指、モデルの手指) から、キューティクルケア、それぞれのカラーリングが施せる状態まで行う。

●チェックポイント

- ・衛生的に施術を行っていること。
- ・器具、材料は必要なものが準備され、常に整理整頓された状態であり、正しく使用していること。
- ・フリーエッジの削りあとが滑らかで、削り残しやダストが残っていないこと（フリーエッジ裏も含む）。
- ・ルーススキン、ささくれや甘皮の処理がきれいに適切にされていること。
- ・10本のフリーエッジの長さや形がバランス良く揃っていること。
- ・後半のカラーリングに合わせ爪の準備が適切にされていること。
- ・作業手順は問わない。
- ・作業を全て時間内に終了すること。
- ・危険行為や出血などがある場合は減点とすること。

審査（10分）

後半：カラーリング（45分）

カラーリングは、ネイルポリッシュ（マット赤）とジェルカラー（白パール）を使用すること。

- *モデルの右手：ネイルポリッシュ（マット赤） / モデルの左手：ジェルカラー（白パール）
- *施術の順序は問わない。
- *カラーはいずれも2度塗りとする。

①爪の表面、フリーエッジの裏の油分、水分の除去をする。

- ・カラーリングの施術内容に応じた、爪のクリーンを行なうこと。

②爪のエッジと表面にベースを塗布する。

③爪の表面とエッジにカラーを塗布する。（1度目）

④爪の表面とエッジにカラーを塗布する。（2度目）

⑤爪のエッジと表面にトップを塗布する。

⑥ジェルネイルは未硬化ジェルのベタつきがない状態にする。

- ・ジェルネイルは、カラーリング終了後にファイルを使用することは不可とする（ネイルファイルを使用し爪やジェルを整えた場合には減点とする）。
- ・仕上り後、キューティクルオイルの塗布は不可とする。
- ・未硬化ジェルが出ないタイプのジェル製品を使用した場合には、ふき取りを行わなくても良い。ただし、ベタつきがないこと。

●注意事項

- ①競技開始時にモデルの事前審査を行う為、事前審査中にモデルの手や爪に触らないこと。
- ②モデルに出血が生じた場合は放置せず、近くにいる競技委員の指示に従うこと。
手指を消毒してから施術を再開すること。
- ③器具、材料を落とした場合は放置せず、拾い、破棄する。破棄できないものは消毒液で消毒してからセッティング、使用すること。
- ④時間内にすべての作業が終了されていない場合は減点となる。
- ⑤審査中、モデルの爪や手に触れないこと。
- ⑥ジェルネイルはカラーリング（トップジェル硬化後）終了後、はみ出したジェルをネイルファイルで削らないこと（ネイルファイルで削り整えた場合には、減点となる）。

●チェックポイント

- ・衛生的に施術を行っていること。
- ・エッジの塗り残しがないこと。
- ・先端の厚みが均一であること。
- ・爪裏に製品が流れていないこと。
- ・キューティクルラインが空き過ぎず滑らかであること。
- ・サイドの塗り残しがないこと。
- ・表面に色むらや刷毛あと、ダスト、凹凸、液だまりなどが無いこと。
- ・素材に合ったツヤがあること。
- ・皮膚にカラーやジェル製品がついていないこと。
- ・時間内にトップコート・トップジェルまで塗られていること。
- ・ジェルは未硬化ジェルがない状態であること。
- ・カラーリング終了後、ネイルファイルを使用しないこと。

審査（10分）

課題2 (ネイルチップアート)

テーマ『紅葉』に沿ったネイルアートの基本的なテクニックをネイルチップ（5本）に施す。

●競技時間 70分

●テーマ 『紅葉』

●競技内容

ネイルチップ（5本）にアートを施す。

トップコートを塗って仕上げること。

※見本（メモ、デッサン画、事前に作成したチップ等）を見ながらの作業は不可。

※チップサイズの目安：当日使用のチップは、次のとおりです。

【チップのサイズの大きさの目安】

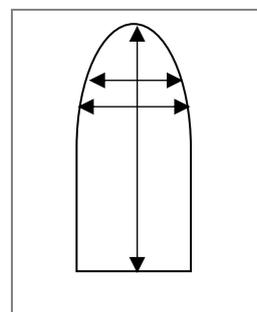
（チップの長さ・幅/やや細くなる先端部分の幅）

・NO5：長さ：約18mm ・ 幅：約10mm /約8mm

・NO4：長さ：約20mm ・ 幅：約11mm /約8mm

・NO2：長さ：約21mm ・ 幅：約13mm /約13mm

*モードネイルのティップチップを使用



●注意事項

- ①衛生的に作業を行うこと。
- ②使用するチップを加工（形を整えるなど）し、チップスタンドに装着する。
- ③チップのファイリングスタイルは自由。
- ④作品は、ベースをポリッシュとし、アート部分はポリッシュ、アクリル絵の具を使用する。
色や使用するメーカーは問わない。
- ⑤課題のテーマに沿ってアートを施す。
- ⑥ネイルアートの装飾品は効果的に使用することは可（ラ・ライストーン・スタッズなど）。
- ⑦市販されているネイルシールや3Dパーツなどデザイン性のあるパーツの使用は不可。
- ⑧著作権など他者の権利を侵害していないこと。
- ⑨競技終了後、作品は主催者が用意する台紙（ゼッケン番号記載、両面テープ付き）
に乗せて提出すること。
- ⑩5本全体で1つのテーマを表現するものとし、5本それぞれのデザインが異なるものであってもかまわない。

●チェックポイント

- ・一枚のチップの仕上がりにアートデザインが50%以上施してあること。
- ・爪につけられるアート作品（1枚単体で装着可能な作品）。
- ・立体的なパーツをその場で作成し爪に装着することは可。
- ・効果的にストーン、ホログラム、ラメなどの使用は可。

※ただし、デザインが出来上がったパーツ及びネイルシールなどの既成の製品の使用は不可

- ・必要に応じ、最後にトップコートでのコーティングを行うこと。
- ・時間内に終了しているか。
- ・テーマに合ったデザインか。
- ・オリジナル作品でありデザイン性が優れているか。
- ・デザインテクニックに優れているか（色彩バランスとテクニック、ペイントテクニック）。
- ・全体のバランスは適切であるか。
- ・ネイルアートに必要な材料や道具の管理と使用方法を理解し衛生的に作業がされているか。