本書の構成と目的

３級ではヘアカラーリング剤の種類や基本的な性質、ヘアカラーリング剤の色と仕上がりの色との関係など、おもにヘアカラーリングのハード面を中心に学びました。２級は、３級で学んだハード面の知識を、ヘアカラーリングのデザインや心理、似合わせといったヘアカラーリングのソフト面へ応用するための知識の習得を目指します。

第１章ではヘアカラーデザインについて学びます。ヘアカラーデザインは一見複雑で難しく感じるかも知れません。しかしほとんどのヘアカラーデザインは大きさ (細かさ)・塗りかた・配色・位置などの基本的な要素の組み合わせで成り立っています。本書ではこれらの基本要素についてその特徴や目的などを詳しく学びます。

第２章ではヘアカラーリングの心理学について学びます。第２章の前半は色彩学から得られた知見をもとに色とイメージとの関連について学び、後半はヘアカラーリングと印象との関係に関する調査から得られた知見をもとに髪色とイメージとの関連について学びます。

第３章ではヘアカラーリングの似合わせについて学びます。本検定ではレベルと色み (寒色･暖色) で分ける分けかたを学びます。前半では外見的特徴の観察方法や錯視の考えかたといった理論的な内容を、後半では外見的特徴と似合う髪色の関係という実践的な内容を学びます。

２級の内容を習得することで、希望するイメージや外見的特徴に合うヘアカラーリングの色やヘアカラーデザインについて、基本的なアドバイスができるようになります。また３級・２級両方の知識を応用することで、髪質や肌質、ライフスタイルなどにも対応したヘアカラーデザインの提案に活用することもできます。美容師や美容学生といった美容に携わるかたやこれから美容師を志すかたにとっては、顧客のニーズに合わせたヘアカラーリングの色やデザインの提案に活用することができるでしょう。ヘアカラーリングが好きで主体的に自身の色やデザインを決めたいかたにとっては、美容師とのコミュニケーションの手助けにもなるでしょう。

初版を刊行した 2018 年以降もさまざまな美容師から新しいヘアカラーデザインが提案されてきました。新しいヘアカラーデザインもそのほとんどが初版の第１章で取り上げた既存の技術から派生したものや既存の技術を組み合わせたものです。しかしながら初版の第１章で解説していなかった応用方法や技法、ヘアカラーデザインの名称などで、今後も長く利用され続けると考えられるものについては第２版で加筆をするべきと判断しました。第２章についても、初版刊行後に研究で明らかになった点を考慮し、第２版ではおもに動きに関するイメージワードの修正を行いました。

ヘアカラーリングの表現や心理などのソフト面は常に変化・進化しており、今後も新しい提案がなされたり、髪色とイメージの関係が変化する可能性がありますが、その多くは既存の内容を応用したものになると考えられます。本書は長期間活用することのできる知識を習得することを意識し、普遍的と考えられる内容に重点を置き編集しました。学習成果を確実に身につけるために、ヘアカラーマスター検定２級受験にもチャレンジして頂ければ幸いです。

目次

はじめに 1
目次 2
本書の使いかた 4

第１章　いろいろなヘアカラーデザイン 5

第１節　ヘアカラーデザインの要素と基本用語 6
a. ヘアカラーデザインの要素 7
b. ヘアカラーデザインの基本 8
第２節　ヘアカラーデザインの細かさ 16
a. ウィービング 17
b. スライシング 18
c. セクショニング 19
第３節　毛束の塗りかた 20
a. 毛束全体 21
b. 中間から毛先 22
c. 中間のみ・根元のみ 23
第４節　ヘアカラーデザインの配色 24
a. レベル差のある配色 25
b. 寒暖差のある配色 26
c. 色差の小さい配色 27
第５節　ヘアカラーデザインの位置 28
a. ハチ上 29
b. ハチ下 30
c. 顔まわり 31
d. 頭部全体 32
もっと学ぼう 1 33
～ ヘアカラーデザインの補助的要素 ～

第 2 章　ヘアカラーリングの心理学　35

第 1 節　イメージワードと色彩心理　36
a.　イメージワードとその分類　37
b.　色彩の心理学　40

第 2 節　髪色と第一印象　44
a.　髪色のレベルと印象　45
b.　ヘアカラー色相と印象　48

第 3 節　ヘアカラーデザインと第一印象　52
a.　ヘアカラーデザインの配色と印象　53
b.　ヘアカラーデザインの細かさと印象　55
c.　毛束の塗りかたと印象　56

第 4 節　イメージマップ　57

もっと学ぼう 2　59
～ イメージ分析 ～

第 3 章　ヘアカラーリングの似合わせ　63

第 1 節　外見的特徴とその観察方法　64
a.　肌色と血色　65
b.　顔の陰影　66
c.　目の色と形　67

第 2 節　錯視と似合わせ　68
a.　色の対比　69
b.　色の錯視と似合わせ　72

第 3 節　髪色と似合わせ　78
a.　髪色のレベルと似合わせ　79
b.　ヘアカラー色相と似合わせ　80
c.　似合わせマップ　81

もっと学ぼう 3　82
～ 似合う髪色診断 ～

参考文献　86

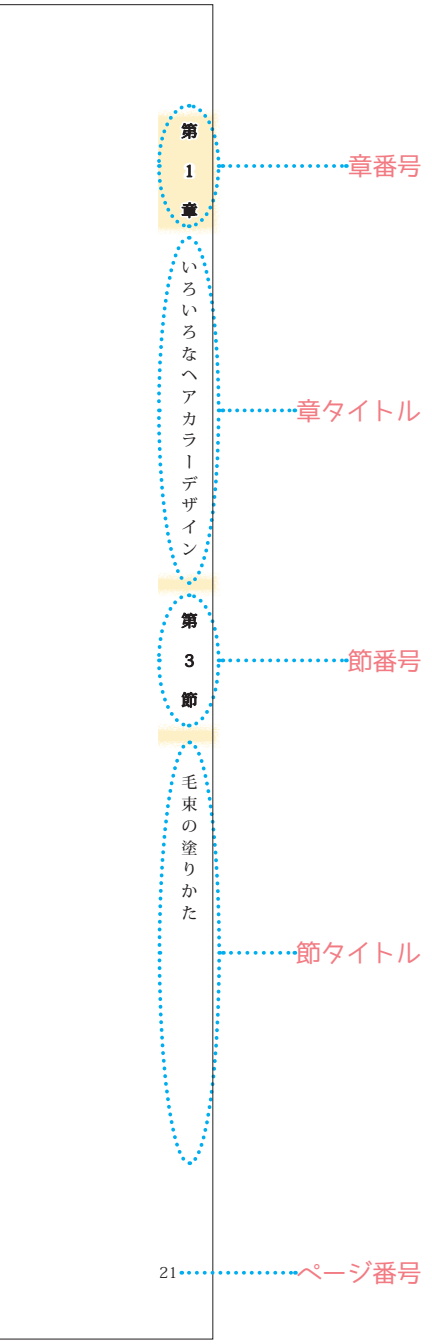
索引　87

ヘアカラーマスター ® 検定について　90

本書の使いかた

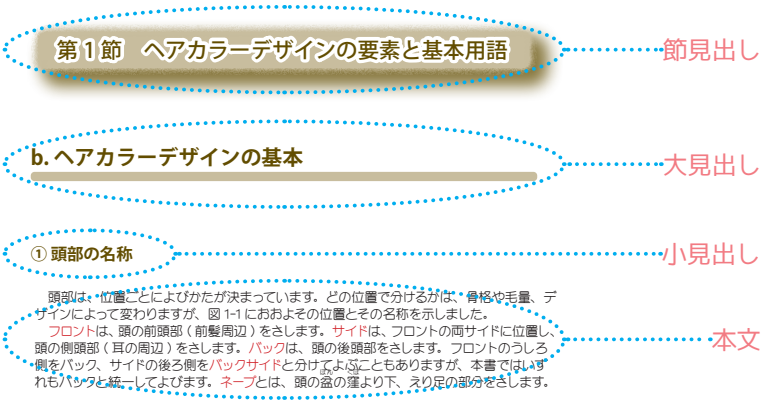
左右のガイド

開いているページの章と節が一目瞭然です。



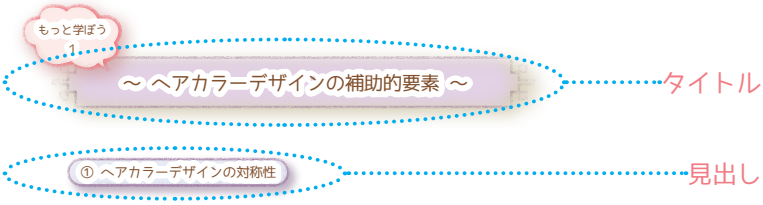
本文

見出しは、内容の区切りのよいところで、章（第1章，第2章，…）・節（第1節，第2節，…）・アルファベット（a, b, c, d…）・数字（①，②，③，④…）の順につけています。また、本文中では、ポイントになることばを赤字で示しています。



もっと学ぼう

役に立つ情報や理解が深まる内容を「もっと学ぼう」にまとめました。見出しに①，②，③…の数字をつけています。



図表

本文の内容と関連の深い図表には、章ごとに通し番号と図表のタイトルがついています。表では上に、イラストや写真では下に示しました。

参考文献

NPO 法人 日本ヘアカラー協会 [著](2010)『ヘアカラー入門』新美容出版

森川丈二 , 重見幸江 [著]（2015）『メイクとヘアの印象学』新美容出版

SABFA[著]（2010）『SABFA'S MAKE-UP Method for experts] 新美容出版

西田正秋 [著]（2007）『顔の形の美しさ - 人体美学の研究より -』青娥書房

富田知子 [著]（1998)『美容師のための美容芸術論』山野インターナショナル

大野桂子 [著]（2002）『美容構成学 - 美しさを知る・美しさを考える・美しさをつくる』あいり出版

ムラハシカツジ [著]（2013）『かおを美しくみせる V のメソッド』国際文化出版局

井上和英 , 池北五津子 [著](2008)『形と色の連係マニュアル カットとカラー 9 つのイメージ法則』髪書房

笠木ルミ子 [著](2008)『Image Categories 64』女性モード社

JFA International[著](2008)『SALON FIT SYSTEM 似合わせの法則』女性モード社

長崎英広 [著](2011)『時間とプロセスをコントロール 続・成功するヘアカラー』女性モード社

朝日光輝 [著](2010)『マトリックスで考える 売れる美バランス』女性モード社

黒川和夫 [著](2004)『色のモノサシ』百日草

越智啓太 [著](2013)『美人の正体 外見的魅力をめぐる心理学』実務教育出版

大坊郁夫 [編], 高木修 [監](2001)『化粧行動の社会心理学 化粧する人間のこころを行動』北大路書房

千々岩英彰 [編著 (1999)],『図解世界の色彩感情事典 世界初の色彩認知の調査と分析』河出書房新社

小林重順 [著], 日本カラーデザイン研究所 [編](2001)『カラーイメージスケール 改訂版 Version2』講談社

近江源太郎 [著](2009)『" よい色 " の科学 なぜ、その色に決めたのか』日本規格協会

雨宮政次 [著](2001)『色の錯覚 同化による視覚効果』六耀社

日本色彩学会 [編](2003)『色彩用語辞典』東京大学出版会

日本色彩研究所 [編](2005)『色の百科事典』丸善

尾上孝一 , 金谷喜子 , 田中美智 , 柳澤元子 [編](2008)『カラーコーディネーター用語辞典』

今山修平 , 宮地良樹 , 松永佳世子 , 宇津木龍一 [編](2008)『スキンケアを科学する 皮膚本来の機能を発揮させるセルフメディケーション』南江堂

安田利顕 [著], 漆畑修 [改訂](2012)『美容のヒフ科学 改訂 9 版』南山堂

上原重行 , 山本博章 [著](2009)「体色遺伝学 - マウスとヒト (1)：発色遺伝学」『生物の科学　遺伝』63(5), P15-28, エヌ・ティー・エス

索引

【あ行】

青……40
赤……40,46
アクセントカラー……13
アシンメトリー……33
アソートカラー……13
アダルト……7,38,39,41,43,45,48,57
アッシュ……12,48,51,61,85
イメージマップ……57
イメージワード……37,38,39,57
色の錯視……69
色の対比……69,72
色の同化……14,68
インナーカラー……30
ウィービング……7,16,17,34
ウォーム……12
動き……37,38
オレンジ……12,48,50,61,85

【か行】

外見的特徴……64,78,81
顔の陰影……64,66,76,78
顔まわり……7,8,28,31
カッパー……12,48,50,61,85
寒色……12,24,26,48,54,61,80,84
寒暖差のある配色……7,24,26,54
黄……40,47
黄赤……40,46
基調色……13
逆三角形……34
頬骨……66
強調色……13
クール……12
グラデーション（切りかた）……11
グラデーション（塗りかた）……20,22
毛先……9
毛束……9
毛束全体……7,20,21
毛束の塗りかた……7,20,56
血色……64,65,75,78,80
虹彩……67
虹彩の色……64,67,77,78,79
ゴージャス……37,38,39,43,48,57
ゴールド……48,50,85

【さ行】

彩度対比……69,71,74,75
彩度同化……14,15
左右対称……33
左右非対称……33
三角形……34
四角形……34
色差の小さい配色……7,24,27
色相……40,41
色相環……41
色相対比……69,70,73,75
色相同化……14
シャギー……11
シューシャイン……20,22
従属色……13
ショート……10
シンプル……37,38,39,43,48,57
シンメトリー……33
垂直……34
水平……34
スーパーロング……10
スタティック……37,38,39,41,43
スライシング……7,16,18,34
スライス……9
性別……37,38
セクショニング……7,16,19,34
セクションカラー……19
セニングシザーズ……11
セミロング……10
ソフト……37,38,39,41,43,45,48,57

【た行】

ダークブラウン……46,60,84
第一印象……36,44,52,57
ダイナミック……37,38,39,41,43
多色配色……24
ダブルカラー……26
暖色……12,24,26,48,54,61,80,84
チップ……9
中間……9
中間から毛先……7,20,22
中間のみ……7,20,23
中庸色……12,24,26,48,61,80,84
瞳孔……67
頭髪全体……7,16
頭部全体……7,28,32
トーン……42,43
トップ……8

【な行】

ナチュラル……12,51,85
斜め……34
似合わせ……64,72,78,84
似合わせマップ……81
ニュートラル……12
ネープ……8
根元……9
根元のみ……7,20,23
年齢……37,38

【は行】

パーツの大きさ……64,66,76,78,79
ハード……37,38,39,41,43,45,48,57
バイオレット……48,51,85
配合色……13
配色……13
ハイライト……25
肌色……64,65,72,73,74,78,79,80

バタフライチップ……20,22
ハチ上……7,8,28,29
ハチ下……7,8,28,30
バック……8
バックサイド……8
華やかさ……37,38
バリヤージュ……22
バレイヤージュ……20,22
眉弓……66
鼻骨……66
ピンク……12,48,50,61,85
フィンガー
　ペインティング……20,22
フェイスライン……65
フェミニン……37,38,39,41,45,48,57
ブラウン……12,51,85
ブラック……46,60,84
フラッシュライト……20,23
ブリーチオンカラー……26
フロスティング……17
ブロックカラー……19
フロント……8
ブロンド……47,60
ヘアカラー色相……12,48,61,80,84
ヘアカラーデザイン……6,52,61
ヘアカラーデザインの
　位置……7,28,53
ヘアカラーデザインの
　細かさ……7,16,55
ヘアカラーデザインの
　対称性……33
ヘアカラーデザインの
　配色……7,24,53
ヘアカラーデザインの
　方向と形……34
併置混色……14
ベージュ……12,50,85
ベースカラー……13
ヘモグロビン……64,65
ベリーショート……10
ホイルワーク……9
補色対比……69
ボブ……10
彫りの深さ……64,66,76,78,79
ホワイト……47,60

【ま行】

マーキング……20,23
マット……12,48,50,61,85
マニッシュ……37,38,39,41,45,48,57
ミディアム……10
ミディアムブラウン……46,60,84
緑……40
ミドルライト……27
紫……40,46
明度対比……69,70,72,76
明度同化……14,15
メッシュ……16
目の形……64,67,77,78,79
メラニン……64,65
モノトーン……12,51,51,61,85

【や行】

柔らかさ……37,38
ヤング……37,38,39,41,43,45,48,57

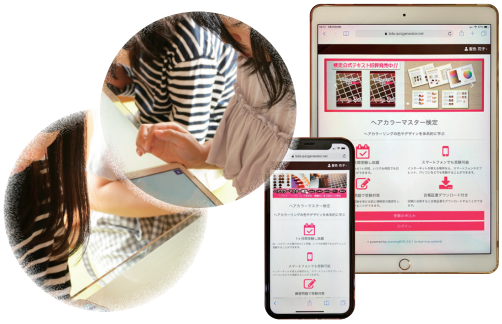
【ら行】

ライトブラウン……47,60,84
ラベンダー……48,51
リタッチ……20,23
レイヤー……11
レザー……11
レッド……12,48,50,61,85
レベル……25,45,53,60,79,84
レベル差のある配色……7,24,25,53
ローライト……25
ロング……10

【わ行】

ワンタッチカラー……20,21
ワンメイクカラー……6.16
ワンレングス……11

ヘアカラーマスター®検定について



ヘアカラーマスター検定は、ヘアカラーマスター検定協会が実施する、ヘアカラーリングについての知識や実践力を問う検定試験です。ヘアカラーリングの色彩学・製品学・デザイン・心理学・似合わせなどを体系的に学ぶことができます。3級•2級はヘアカラーリングの色や製品について基本的なアドバイスを行うことを、1級はプロとしてヘアカラーリングの提案やヘアカラーリングの教育ができることを、それぞれ目的とした資格です。すべての級に合格すると、認定講師になるための講習会を受講することができるようになります。

試験はスマートフォン・パソコンなどの端末から受験するWebテスト方式を採用しています。合格すると合格証書をダウンロードすることができます。

級	3級	2級	1級
目的（知識面）	ヘアカラーリング剤の色や製品の性質について理解する	ヘアカラーリングのデザインやイメージ、似合わせを理解する	ヘアカラーリングの専門的知識を学び、実践で活かす力を見につける
目的（実践面）	染める目的に応じたヘアカラーリング剤の選択ができる	外見的特徴や自己表現に適した色やデザインを選ぶことができる	3級・2級の知識を深め、認定講師への足がかりとする
内容	・ヘアカラーリング剤 ・毛髪と色彩 ・ヘアカラーリング剤の色彩	・ヘアカラーデザイン ・心理学 ・似合わせ	・香粧品科学 ・色彩学 ・毛髪科学
試験方法	Webテスト（選択問題） ※31日間何度でも受験可＊	Webテスト（選択問題） ※31日間何度でも受験可＊	Webテスト（選択問題） ※31日間何度でも受験可＊
受験料	3,300円（税込） ※3級・2級の同時受験で5,500円（税込）	3,300円（税込） ※3級・2級の同時受験で5,500円（税込）	5,500円（税込）
受験資格	どなたでも受験できます		3級・2級合格者＊
テキストと試験範囲	公式テキスト3級 ※「もっと学ぼう」を除く全範囲	公式テキスト2級 ※「もっと学ぼう」を除く全範囲	公式テキスト1・2・3級 ※「もっと学ぼう」を含む全範囲
備考	3級•2級ともに合格すると、1級の受講資格を得ることができます。		1級に合格すると、認定講師講座を受けることができます。

＊の内容は2023年度に改正を予定しております。2023年度以降はパンフレット・ホームページにてご確認ください。

お申込・受験方法

※仕様変更等により、若干の変更がある場合もあります。

1. 当協会ホームページのお申込みページ（https://haircolor.asia/haircolor_master_web_test/、右の QR コードからもアクセス可能）からお申込・お支払い手続きを完了して下さい。
2. ご入金後 5 営業日以内に ID・パスワードをご登録メールアドレス宛に発行いたします。
3. パソコン、スマートフォンなどの端末から受験専用 URL(https://bda.quizgenerator.net/) にアクセスします。
4. ID とパスワードを入力し「ログイン」をクリックします。ご登録メールアドレス宛に認証コードが届きますので入力してください。
5. 「学習する」をクリックし、受験する試験の種類を選択肢、受験を開始します。
6. 制限時間内に問題を解きます。試験が終了すると合否が表示されます。合格するとオンライン合格証書が表示され、ダウンロードや印刷をすることができます。
7. 有効期間は初回ログイン日から 31 日間です。有効期限内であれば何度でも受験することができるので、不合格の場合は合格できるまでチャレンジしましょう。問題は、毎回異なるものが出題されます。

e ラーニング

※ e ラーニングの販売形態は 2023 年度に改正を予定しております。2023 年度以降はパンフレットまたはホームページにてご確認下さい。

スマートフォンやパソコンなどの端末で検定試験の内容が学習できる e ラーニングもご用意しております。実際の試験と同じ環境で受験ができ、さらに 1 問回答するたびに正誤が表示されるので、受験対策はもちろん、知識の確実な習得にも役立ちます。3 級・2 級は 3,300 円（税込）、1 級は 5,500 円（税込）で、共に初回ログイン日から 31 日間有効です。詳細・お申込は、当協会ホームページのお申込ページ（https://haircolor.asia/e-learning/、右の QR コードからもアクセス可能）をご覧ください。

左はサンプル問題でのイメージです。実際の出題内容とは異なります。

中川 登紀子 … 編集・執筆

東京大学工学部化学生命工学科卒業。東京大学大学院工学系研究科化学生命工学専攻修士課程修了。放送大学大学院博士課程人間科学プログラム在学中。化粧品メーカーでのヘアカラー研究開発等を経てヘアカラーマスター検定協会代表、ハリウッド大学院大学准教授。日本顔学会・日本色彩学会・日本心理学会会員。美容師免許保有。

武藤 祐子 … 執筆 (第 1 章)

山野美容芸術短期大学美容芸術学科卒業。京都造形芸術大学大学院芸術環境領域修士課程修了。横浜国立大学院環境情報学府博士課程修了。山野美容芸術短期大学講師、大阪樟蔭女子大学 化粧ファッション学科化粧学専攻講師を経て、東亜大学トータルビューティー学科非常勤講師。専門は、美容教育や美容による「形の美」「人物印象」。日本顔学会・日本家政学会・日本繊維製品消費科学会等会員。美容師・管理美容師免許保有。

桜井 輝子 … 執筆 (第 2 章第 1 節 b)

東京カラーズ株式会社代表取締役。企業のカラーコンサルティング、大学での色彩学講師、色彩教材の企画・制作を中心に実績を積む。各種検定参考書はじめ『配色アイデア手帖』など著書多数。

ヘアカラーマスター ® 検定委員会 … 執筆 (第 3 章第 2 節 a・第 3 節 a ～ b)

ヘアカラーマスター検定協会の委員会。色彩学・美容・パーソナルカラー・ファッション・デザイン等の専門家から構成され、ヘアカラーマスター検定の企画・運営等を行う。

PARK YUNHEE … ヘアデザイン制作

韓国培花大学卒業後、渡英し美容留学。ロンドン・マレーシアでヘアカラーリストとして活躍。2008 年来日。ヘアカラーメーカーを経て、美容学校にて教鞭を取りながらアジアの美容研修にも携わる。修士 (美容ビジネス)。ガモウ・レジーナ・M ロードなどでのコンテストグランプリ・最優秀賞など受賞歴多数。日本・韓国美容師免許保有。

初谷 希代香 … 本文デザイン

ヘアカラーマスター検定協会認定パーソナルヘアカラー診断士、色彩検定協会認定色彩講師。パーソナルカラーアドバイザー。美術学校などで色彩講師として活動。ゲームのキャラクター作成、色彩提案、DTP なども行っている。

ヘアカラーマスター ® 検定　公式テキスト 2 級

2018 年 3 月 1 日	初版　第 1 刷発行
2022 年 8 月 1 日	第 2 版第 1 刷発行
監修	ヘアカラーマスター検定協会
執筆	中川登紀子・武藤祐子・桜井輝子・ヘアカラーマスター ® 検定委員会
編集	中川登紀子
発行	合同会社ヘアカラーマスター検定協会 https://haircolor.asia/
表紙デザイン	中川登紀子
本文デザイン	初谷希代香
ヘアデザイン制作	PARK YUNHEE
取材協力	高瀬加津子・PARK YUNHEE

© 合同会社ヘアカラーマスター検定協会 2022 Printed in Japan

本書の一部あるいはすべてを無断で複写・複製・転載 (コピー・スキャン・デジタル化を含む) することは、禁じられています。
また本書を第三者 (代行業者を含む) に依頼して電子複製することは、たとえ個人の利用であっても一切認められておりません。