



昔からのステップに捕らわれず、  
「クール」「キュート」「エレガント」を自在に、最短で創るために。

## SCHEDULE (6 日間)

### — 初めてのヘアカット入門編 —

#### 1日目

※ウィッグ1使用

- ・姿勢(正対)、コームの持ち方、ハサミの持ち方
- ・ヘアデザインセクション(ブロッキング)
- ・頭のセクションごとの役割分担(ワンレンを理論的に解説)



#### 2日目

※ウィッグ1使用

- ・ステーショナリー(ストランドを動かさないでカット)  
【AM】30° 45° 60° 【PM】30°スタイル 60°スタイル
- ・襟足レイヤー

#### 3日目

※ウィッグ 2 使用

- ・トラベリング①(ストランドを頭の丸みに沿ってカット)  
30° 45° 60°
- ・襟足丸みレイヤー45°平行レイヤー



#### 4日目

※ウィッグ 2 使用

- ・トラベリング②(ストランドを頭の丸みに沿ってカット)  
【AM】30°スタイル 【PM】60°スタイル



#### 5日目

※ウィッグ 2 使用

- ・【AM】これまでのカットの復習
- ・【PM】メンズカット(ショートレイヤー)

#### 6日目

※ウィッグ 1 & 2 使用

- ・メンズカット(ショートレイヤー刈り上げ)
- ・面出し連續刈り(面取り)

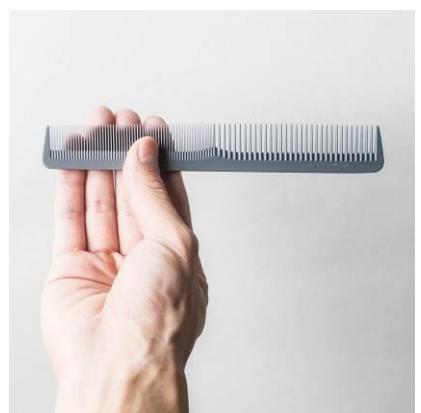
# 1日目

## モデルに対して正対して立つ

バックの左右の 1mm の差が サイドきる頃には 1cm にもなるカット。  
正確なカットを覚える段階においては正しく立つ事は大切です。  
両肩と地面が並行。長く仕事をするには両足に均等に体重をかけて作業しましょう  
足を組むことや、片足立ちはだらしないです。



## コームの持ち方



最も一般的な持ち方です。  
髪の量などに影響を受け  
やすいです。

刈り上げや下からすぐう  
ようにコーミングする時に。

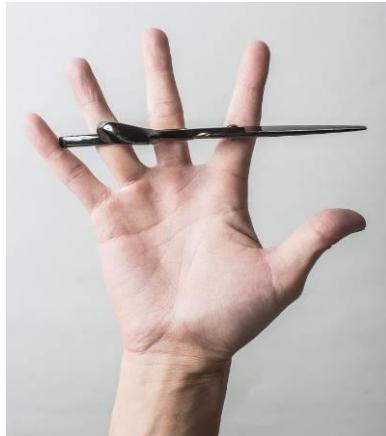
まっすぐ伸ばした腕に関し  
てコームが垂直になります。  
基本的な持ち方で推奨して  
います。

## ハサミを正しく持つ(2 パターン)

開閉トレーニング。動刃、静刃を意識してしっかり開ける様に。  
コームなし、コームあり、簡単なルーティーンで出来る様に。



掌を上に向けます。



刈シザーを薬指に入れ、  
そのまま人差し指の  
第二関節に置きます。



鉗体を人差し指の根元に  
ずらします。



拇指を添えます。  
決して入れません。



示指、中指を挟体沿わせ  
るように折ると、シザーが  
安定します。



ひっくり返して手を伸ばす  
とシザー刃先は持ち手の  
反対側の肩を指します。



そのままシザーが身体に  
平行になるまで肘を引い  
てきます。



自分とシザーの距離です。  
ここでカットします。

## ヘアデザインセクション

### ○ダックカールの留め方

アウトライン、毛量、動き等、セクションごと

(top over middle under の役割を把握するフォルムの違いを認識する)

セクションごと

髪の毛がどう動くか、さまざまの現象を認識する

※トップの毛の濡れた髪から乾くと長さの伸縮率

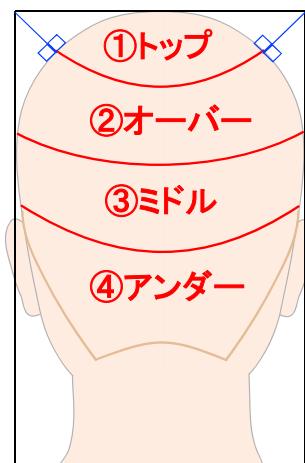
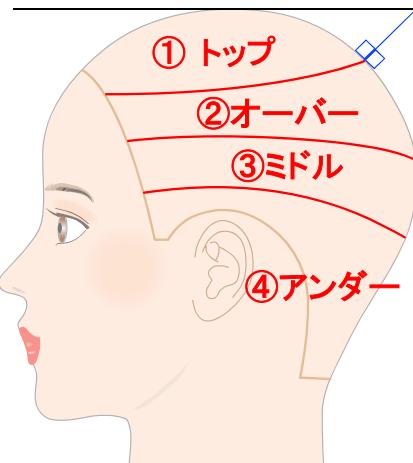
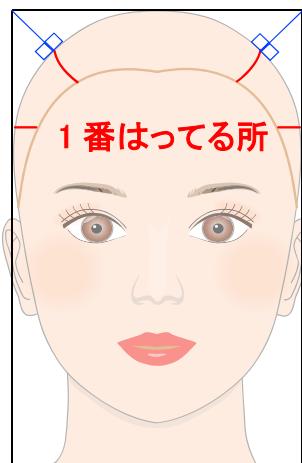
※フェースライン、ネープラインの毛のはえ癖の認識



頭のセクション毎の役割分担

ブラックウィッグを使って、セクションを

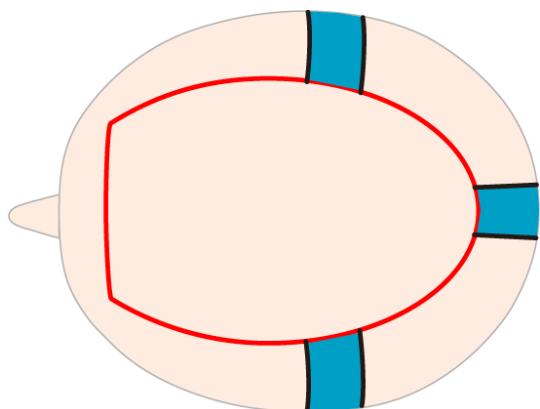
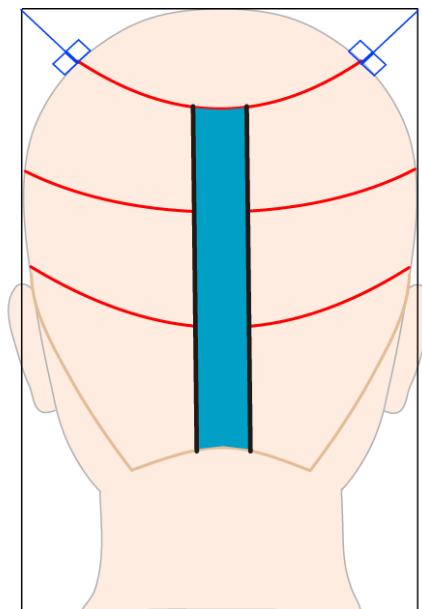
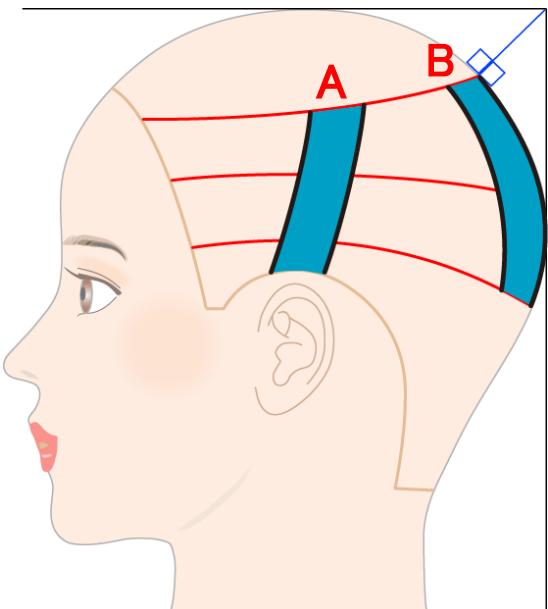
チョークで書いてみる。



	フォルム	毛量調整	特性
トップ①	△	△	毛量調整は注意
オーバー②	◎	○	縦のフォルム角度の変化大
ミドル③	◎	◎	縦のフォルム
アンダー④	○	○	ベースのフォルム

## ヘアスタイルブロッキング

A:サイドのフォルム(前) B:プロファイル(横)



センター・パート襟足まで

フロント&サイド

1.イヤー to イヤー 2.馬蹄 3.オーバー 4.ミドル 5.アンダー  
トップ

馬蹄を丸く

バック

1.オーバー 2.ミドル 3.アンダー

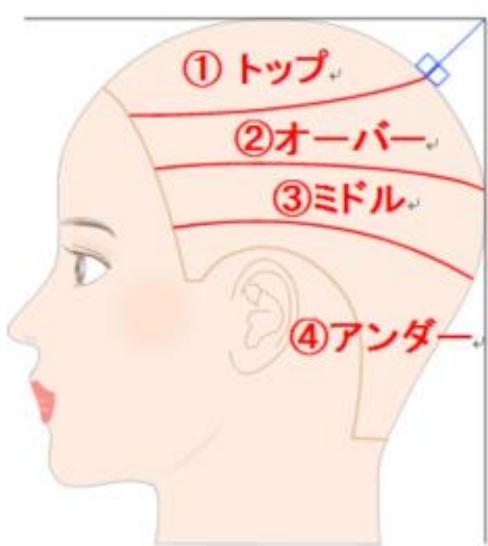
# ワンレンを理論的に解説(間違いだらけのワンレンカット)

切って見る

ウィッグにおけるトレーニング(ウィッグ1使用)

※切ることに慣れましょう

※ワンレングス真っ直ぐに切る。切ったパネルを重ねる。



## <間違いだらけのワンレンカット(注意事項)>

①ワンレンのラインをアンダーで決める

アンダーの髪は生え癖が強くラインのコントロールが不可能です

ラインはミドルかオーバーで設定する

②毛量のコントロールはオーバーかミドルです

③トップは動きやすいのでドライ【少なくとも根元はドライ】でカットする

レンジスがウェットからドライした場合、短くなるのは

トップ>オーバー>ミドル で有る事を認識する

④フロントはかき上げる場合も想定する

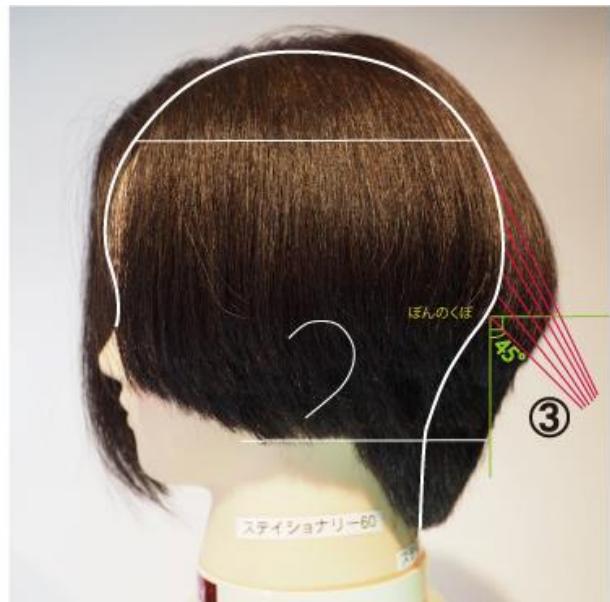
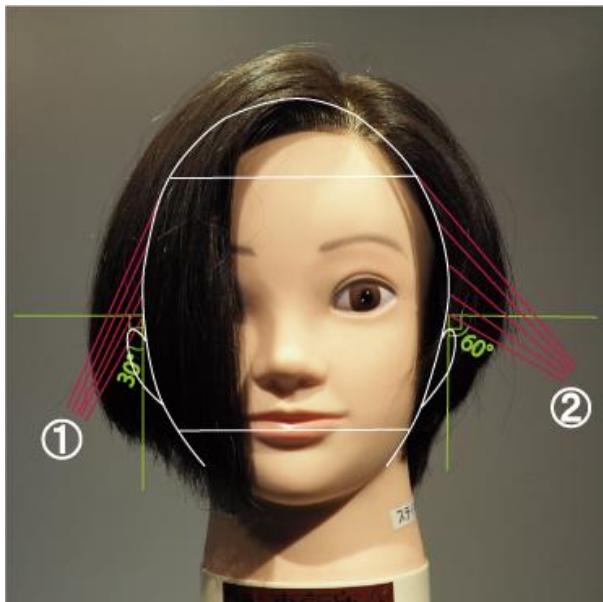
トップ:馬蹄を丸く

バック:1.オーバー 2.ミドル 3.アンダー

## 2日目

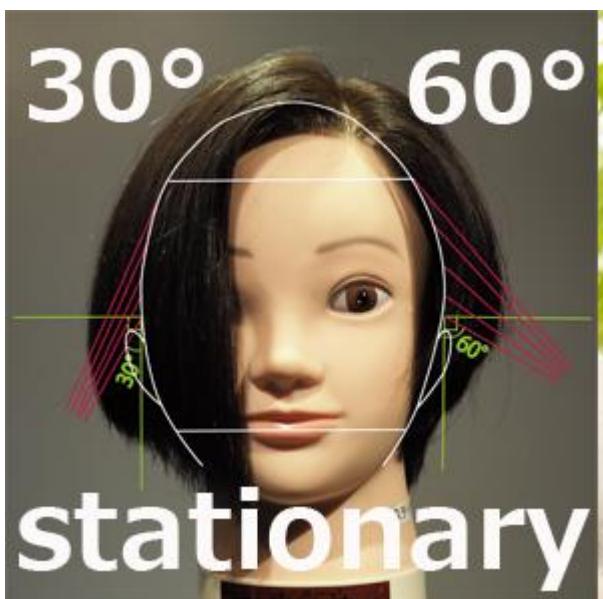
### ステーショナリー(ストランドを動かさないでカット)

① 30 度 ②60 度 ③バック 45 度 (写真を撮る)



ステイショナリー

シルエットの違いを認識する



襟足レイヤー

**全体 30° フォルム 60° フォルムをカットする  
30° (写真を撮る)**



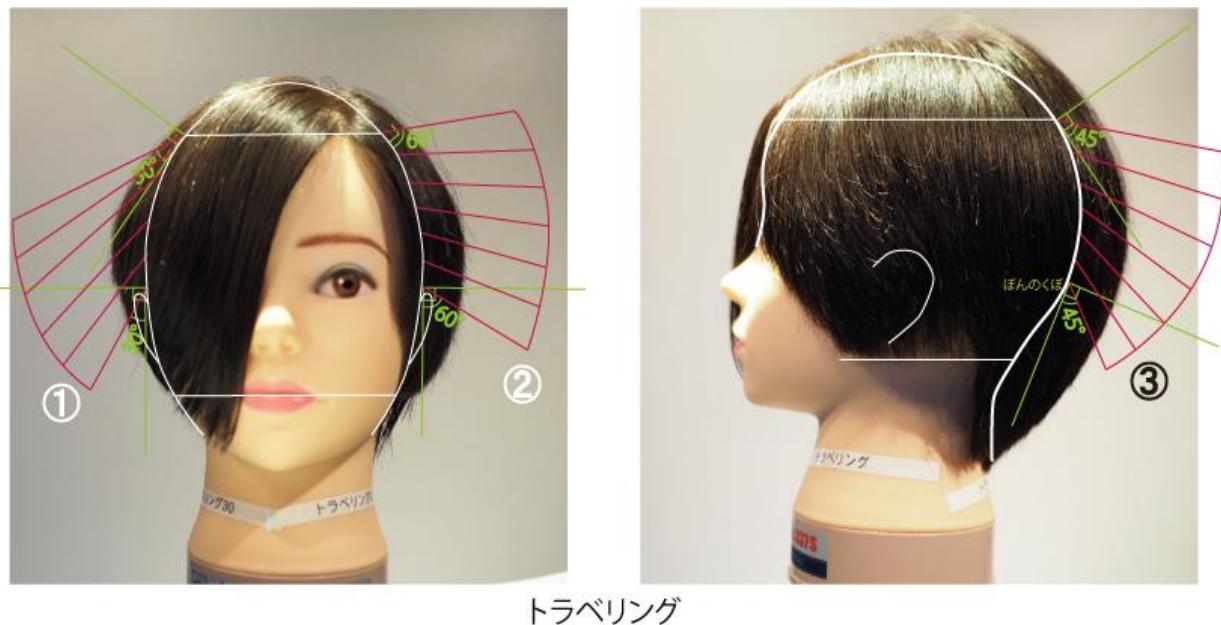
**60° (写真を撮る)**



**仕上がり写真でフォルムの確認**

## 3日目

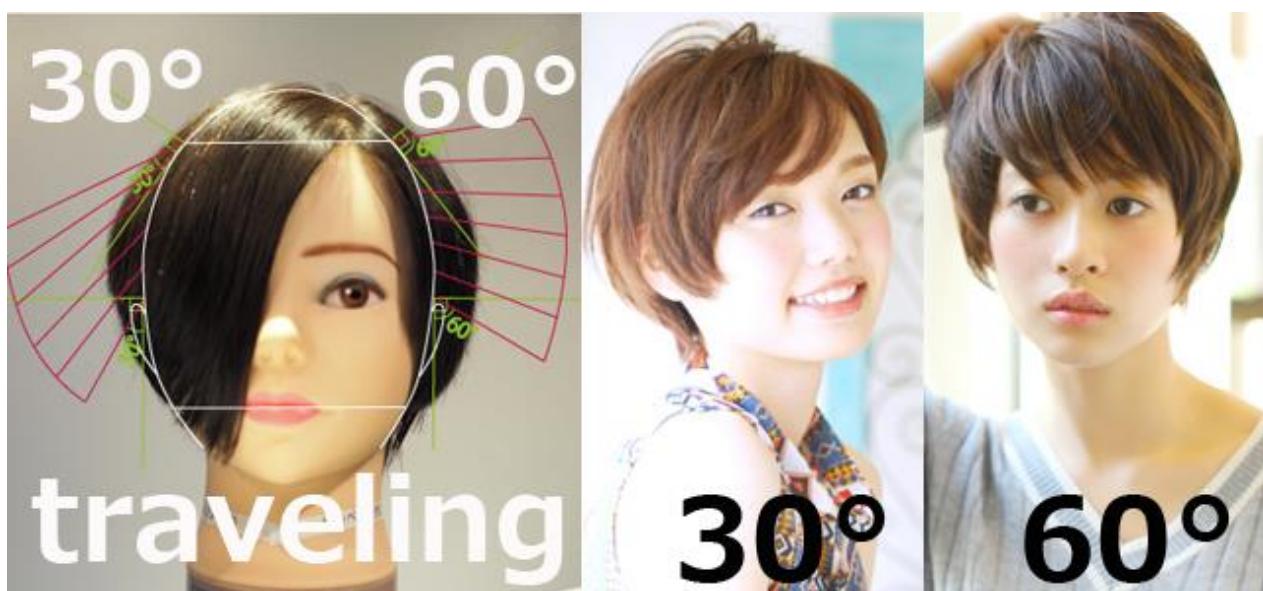
### トラベリング①(ストランドを頭の丸みに沿ってカット)



30° 45° 60° (写真を撮る)

頭の番地(セクション)を意識してそれぞれの場所がどういった役割を持っているか理解する。

サイド、センター、バックを決めたらバックサイドは角度を合わせて繋げる。



襟足丸みレイヤー 45° 平行レイヤー

## 4日目

トラベリング②(ストランドを頭の丸みに沿ってカット)

全体 30 度 60 度のカットスタイルをウィッグ1体でカットする

【AM】 $30^\circ$  (写真を撮る)



【PM】 $60^\circ$  (写真を撮る)



## 5日目

【AM】これまでのカットの復習

【PM】ショートレイヤー→メンズカット

ショートカット【レイヤー】トラベリング60°



## 6日目

### メンズカット(ショートレイヤー刈り上げ)

トップスクエアに切る、周り刈り上げ、モヒカンカット

刈り上げ [YouTube 参考](#)

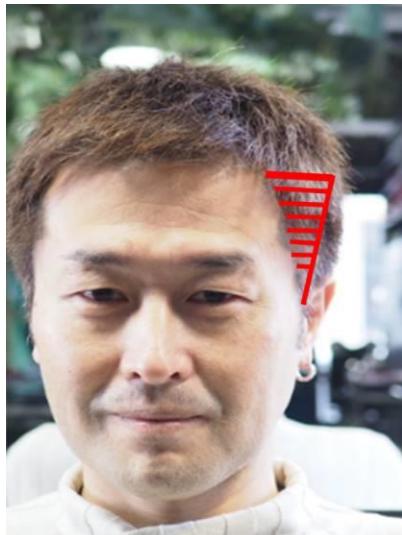
【美容室 GAFF のカットスクール】カットの基礎(刈り上げ／メンズ)



刈り上げライン  
髪の毛を水平に取り出してガイドを作る

刈り上げラインに近い所は刈り下げも有り

<固定刈り>



コームでくっついて入れて固定刈り  
コームの刃先は刈り上げラインに向ける  
コームから出た毛をカットする

上部に移動してコームは固定して、  
刈り上げラインまでカットする  
※重要 刈り上げラインまで方向は確実に固定



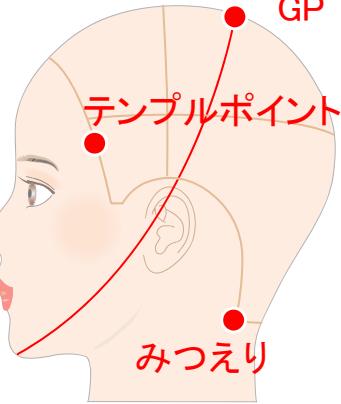
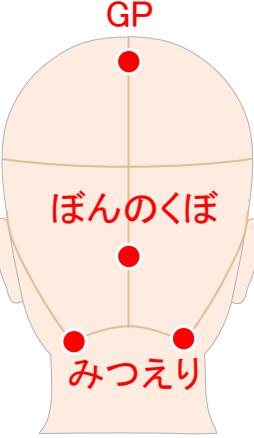
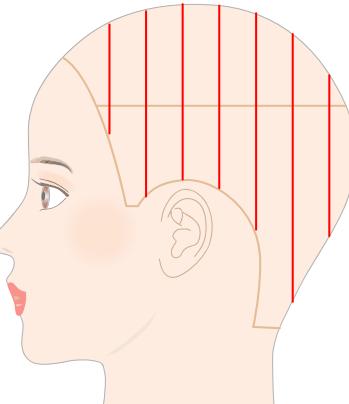
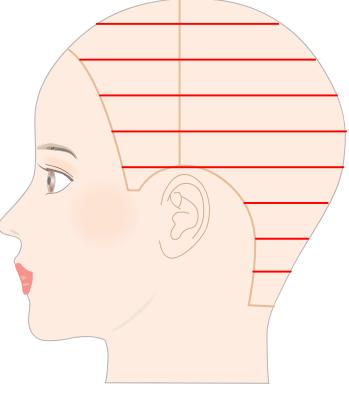
## 面出し連続刈り(面取り)

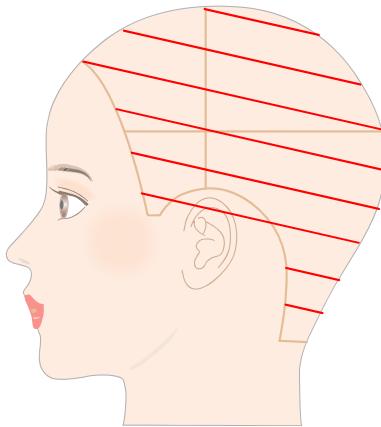
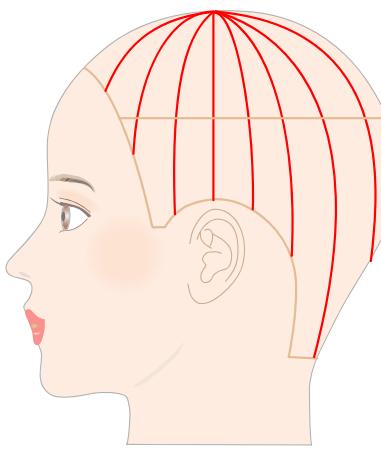
- ① 下から根元を起こすように(コームの刃先は頭皮側へ)コームを入れる
- ② コームの出てきた毛を面取りする  
固定刈りで切れているハズですので面を整えるカットです
- ③ ハサミは左右には動かさずコームの上への移動に同時にフォローしながら  
刈り上げラインまでカットする

(写真を撮る)

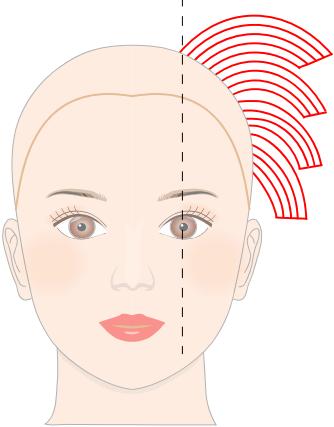
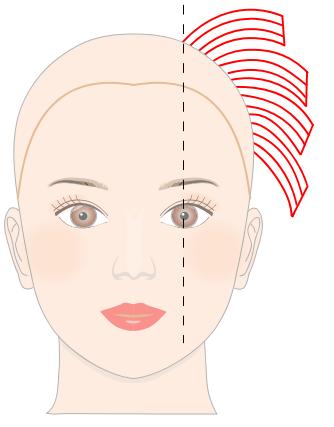
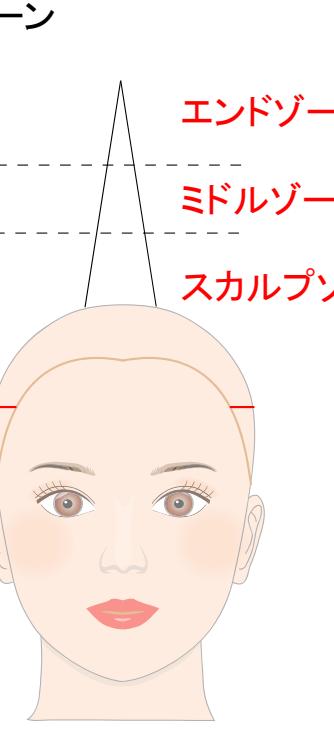


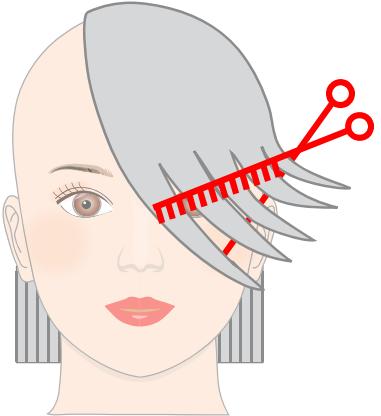
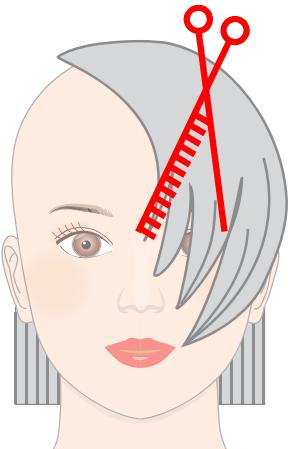
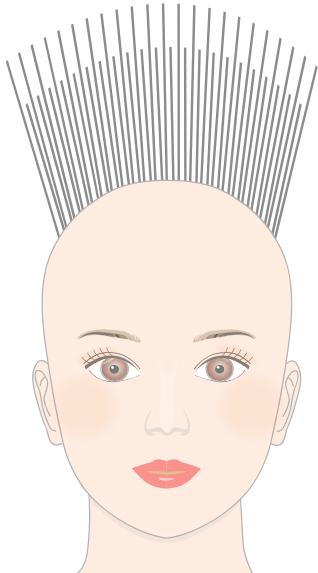
## 付属資料 1

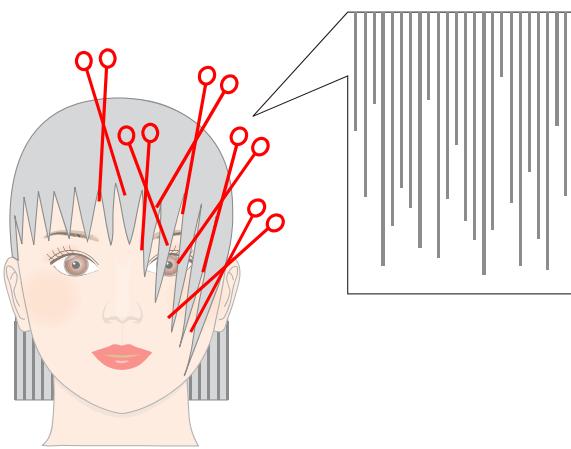
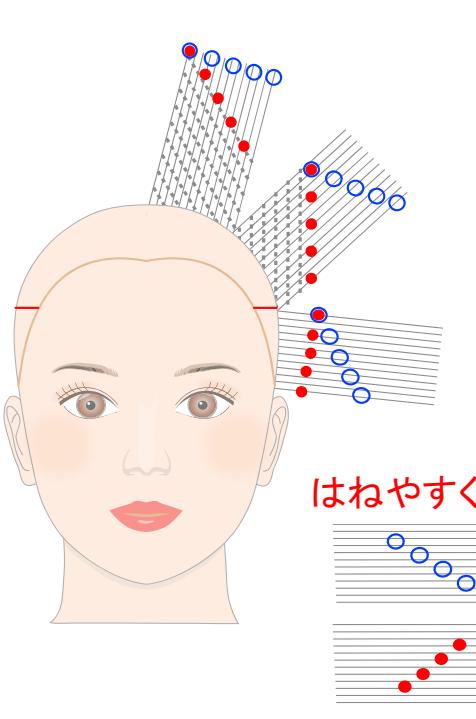
頭のポイント	 	
カットスライス の種類、特徴	たてスライス 	横のフォルムを初心者でも 簡単に切れる
	横スライス 	たてのフォルムが初心者 でも簡単に切れる。 多くのフォルムはたてです

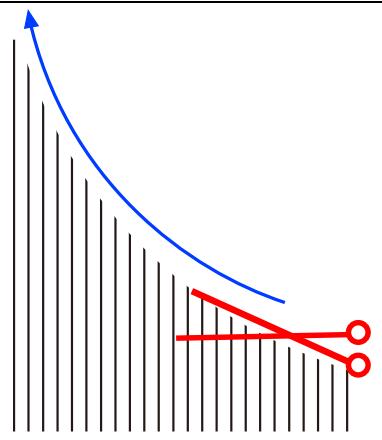
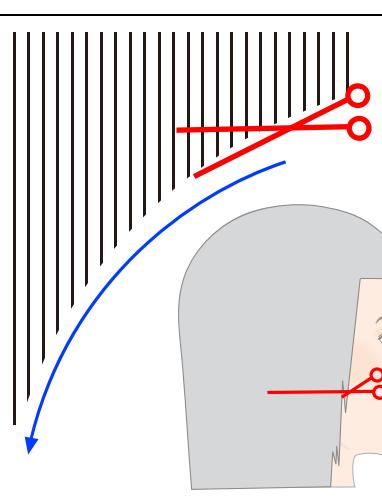
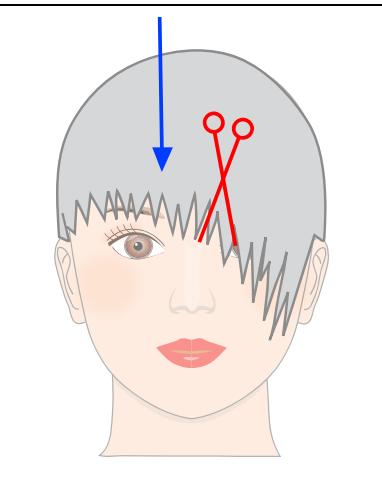
	<p>斜めスライス</p> 	<p>たて横の繋がりを一度に出来る。 フォルムを形成するのが角度が難しい。 初級者にはフォルムをカットするのが難しい</p>
	<p>放射線スライス</p> 	<p>カットの起点が有る場合使う</p>

## 付属資料 2

テクスチャーカット		強いはっきりとした質感、ボリューム感を作ります
		ソフトな質感、ボリューム感を作ります
セニング	<p>カットゾーン</p>  <p>エンドゾーン ミドルゾーン スカルプゾーン</p>	<p>エンドゾーン 毛先の毛量調整、量感のなじみを作る ミドルゾーン 毛量のコントロールをメインゾーン スカルプゾーン ボリューム感を強調できる。毛量調整が多くできる根元に入れますので切られた毛が強く立ち上がる注意。ハーフドライカットで切った方が安全</p>

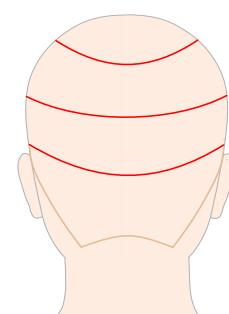
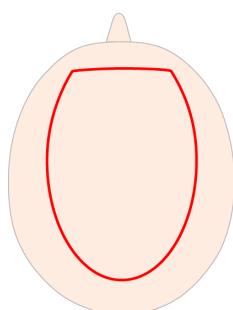
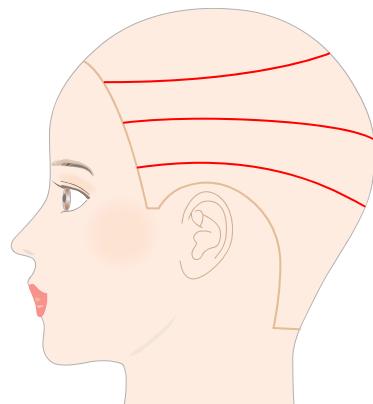
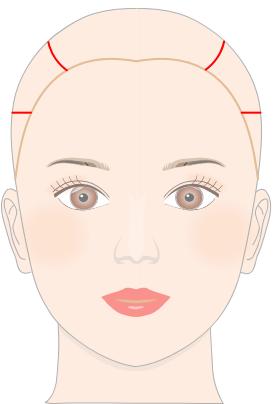
セニング		<p>横に入れることで単純に毛量を減らす。 ファルムの毛を取りすぎない様に注意</p>
		<p>平行に入れることで部分的にボリュームが減り、毛先が軽く自然になじむようになります</p>
		<p>平行セニングは ファルムの毛も無くなる 恐れが有りますので注意</p>

		主に前髪やサイドに多く用いる技法で、毛量の調整が主な役割です。カッティングゾーンを変えることにより髪の立ち上がりやボリュームが求められます
テクスチャーカットの テクニック 効果		----のゾーンは、立つボリュームが出過ぎる危険があるため、ハーフドライ状態でカットする。  ※注意事項 短い毛が押して毛流を作ると言われていますが、前髪に元々手流があれば効果的です。横には簡単には動かないと認識する

スライドカット		<p>毛先にいくほど細くなります シザーを毛先へ向かってスライドする</p>
		<p>シザーを開閉しながら並行に移動します</p>
		<p>フェースラインの動きに合わせてスライドカットします</p>

## ヘアスタイルシート

フォルム  
レンジス、&ライン



---

テクスチャー&セニング

