

『日本コスメティック協会検定テキスト コスメQ&A 2014年度版』をお持ちの方は、下表を出題範囲の参考として下さい。

	コスメ マイスター	スキンケア マイスター	Q	問題文	テキスト ページ
PART1 化粧品って何？					13
	○	○	Q1	化粧品の定義は何ですか？	14
	○	○	Q2	医薬部外品は化粧品とどこが違うの？	15
	○		Q3	「化粧」という言葉は何を意味しているのでしょうか？	16
	○		Q4	化粧品にはどんなものがありますか？	17
	○		Q5	化粧品にも有効期限はありますか？	18
	○		Q6	子供が化粧品を飲んでしまったのですが大丈夫ですか？	19
	○		Q7	化粧品を使って肌に異常が現れた場合、どうすればいいの？	20
	○		Q8	全成分表示と旧表示指定成分はどう違いますか？	21
	○		Q9	化粧品の全成分表示の目的は何ですか？	22
	○		Q10	全成分表示の基本的な見方と活用法を教えてください。	23
	○		Q11	化粧品と医薬部外品で全成分表示の違いはありますか？	24
	○		Q12	化粧品の成分に関する規制はありますか？	25
	○		Q13	基礎化粧品の目的は何ですか？	26
	○		Q14	基礎化粧品の効能の範囲とは何ですか？	27
	○		Q15	基礎化粧品にはどんな原料が使われていますか？	28
	○		Q16	洗浄用化粧品の種類とその特徴は何ですか？	30
	○		Q17	クレンジングの種類とその特徴は何ですか？	31
	○		Q18	洗顔料の種類とその特徴を教えてください。	32
	○		Q19	正しい洗顔方法を教えてください。	33
	○	○	Q20	弱酸性の洗顔料の方が肌に良いですか？	34
	○		Q21	薄化粧でもメイク落としは必要ですか？	35
	○		Q22	化粧水の種類とその目的は何ですか？	36
	○		Q23	柔軟化粧水と収れん化粧水はどう違いますか？	37
	○		Q24	美容液のタイプとその目的を教えてください。	38
	○		Q25	クリームの分類とその機能を教えてください。	39
	○		Q26	乳化やエマルジョンとはどういう意味ですか？	40
	○		Q27	油分の多い乳液やクリームは肌に必要ですか？	41
	○	○	Q28	顔のマッサージ効果を教えてください。	42
	○	○	Q29	若い肌にもパックは必要ですか？	43
	○	○	Q30	紫外線の分類とその作用を教えてください。	44
	○	○	Q31	紫外線対策は本当に一年中必要ですか？	45
	○	○	Q32	ケア化粧品の種類とその目的は何ですか？	46
	○	○	Q33	値の正しい意味は何ですか？	47
	○	○	Q34	表示の意味は何ですか？	48
	○		Q35	ファンデーションの選び方のポイントは何ですか？	49
	○		Q36	メイクアップの種類とその目的は何ですか？	50
	○		Q37	シャンプーの選び方と洗いを教えてください。	51
	○		Q38	ヘアカラーリング剤の種類と使用上の注意点を教えてください。	52
	○		Q39	香水、オードトワレ、オーデコロンの違いを教えてください。	53
	○		Q40	香水はつけてから時間とともに香り立ちが変わるのはなぜですか？	54
PART2 化粧品を正しく理解するために					59
	○		Q41	自然化粧品の方が肌に安全なのですか？	60
	○		Q42	オーガニックコスメとは何ですか？	61
	○		Q43	「アレルギーテスト済み」なら絶対に安全ですか？	62
	○		Q44	油性原料の種類と使用目的を教えてください。	63
	○		Q45	油脂類とロウ類の違いは何ですか？	64
	○		Q46	鉱物油は敬遠するべきものなのですか？	65
	○		Q47	化粧品に使われる高級脂肪酸の「高級」の意味は？	66
	○		Q48	なぜ「ノンアルコール」表示なのにアルコール名が配合されているの？	67
	○		Q49	シリコーンが化粧品に使われるのはなぜですか？	68
	○	○	Q50	シリコーンの肌・髪への安全性は心配ないですか？	69
	○		Q51	エモリエント剤の美容上の役割は何ですか？	70
	○	○	Q52	保湿剤の美容上の役割は何ですか？	71
	○	○	Q53	生体成分系の保湿剤とは何ですか？	72
	○	○	Q54	コラーゲンが肌に大切なのはなぜですか？	73

	コスメ マイスター	スキンケア マイスター	Q	問題文	テキスト ページ
	○	○	Q55	ヒアルロン酸が保湿効果に優れているのはなぜですか？	74
	○	○	Q56	よく耳にするペプチドとは何ですか？	75
	○		Q57	植物抽出エキスはどんな特徴がありますか？	76
	○	○	Q58	美白剤の働きと代表的な薬剤は何ですか？	77
	○	○	Q59	ビタミンCの美容効果は何ですか？	78
	○	○	Q60	ハイドロキノンの効果と副作用について教えてください。	79
	○	○	Q61	老化因子の活性酸素とは何ですか？	80
	○	○	Q62	活性酸素から肌を守る抗酸化剤は？	81
	○	○	Q63	抗老化対策のための細胞賦活成分とは何ですか？	82
	○	○	Q64	育毛剤に使われる成分は何ですか？	83
	○	○	Q65	ビタミンにはどんな美容効果がありますか？	84
	○	○	Q66	合成高分子のカルボマーの安全性は大丈夫？	85
	○		Q67	界面活性剤はなぜ必要なのですか？	86
	○		Q68	天然の界面活性剤はありますか？	87
	○		Q69	防腐剤はなぜ必要なのですか？	88
		○	Q70	金属イオン封鎖剤（キレート剤）の働きと安全性は？	89
	○		Q71	化粧品の酸化防止剤について教えてください。	90
	○		Q72	紫外線防御剤の種類とその働きは？	91
	○		Q73	紫外線吸収剤の安全性に問題はないですか？	92
	○		Q74	化粧品に使われる精製水とは何ですか？	93
	○		Q75	エタノール（アルコール）の肌への安全性は？	94
	○		Q76	化粧品に使われる着色料について教えてください。	95
	○		Q77	タール色素は肌に悪いというのは本当ですか？	96
	○		Q78	香料を配合する目的は何ですか？	97
PART3 自分の肌を知ろう					99
	○	○	Q79	皮膚の構造と役割は何ですか？	100
	○	○	Q80	表皮を構成する細胞は何ですか？	102
	○	○	Q81	表皮の代謝サイクルとは何ですか？	103
	○	○	Q82	ターンオーバーの周期と美肌の関係は？	104
	○	○	Q83	皮膚の保湿メカニズムとは何ですか？	105
	○	○	Q84	NMFと角質細胞間脂質についてもっと知りたいのですが？	106
		○	Q85	真皮はどんな成分で構成されているのですか？	108
		○	Q86	肌にハリと弾力を与える2種類の線維成分とは何ですか？	109
		○	Q87	皮下脂肪はどんな働きをしていますか？	110
		○	Q88	皮脂分泌に影響を与える要因は何ですか？	111
		○	Q89	皮脂の多い部位、少ない部位はどこですか？	112
		○	Q90	天然のクリームといわれる皮脂膜の働きは？	113
		○	Q91	汗腺の種類とその働きを教えてください。	114
		○	Q92	汗を絶えまなくかいているのは本当ですか？	115
	○	○	Q93	キメが細かい肌とはどのような肌ですか？	116
	○	○	Q94	美しい肌の条件は何ですか？	117
	○	○	Q95	肌質タイプの分類法を教えてください。	118
	○	○	Q96	混合肌とはどんな肌ですか？	119
	○	○	Q97	化粧品かぶれの種類とその特徴を教えてください。	120
		○	Q98	アレルギーの種類を教えてください。	121
		○	Q99	アトピー性皮膚炎とは何ですか？	122
	○	○	Q100	敏感肌の注意すべきポイントは何ですか？	123
	○	○	Q101	敏感肌ですが日焼け止めを塗っても大丈夫ですか？	124
	○	○	Q102	紫外線を浴びて起こる皮膚トラブルは？	125
	○	○	Q103	サンバーン、サンタンはどうして起こるのですか？	126
	○	○	Q104	赤くならずにはすぐ黒く日焼けする人がいますがなぜですか？	127
	○	○	Q105	生理周期と肌状態は関係していますか？	128
	○	○	Q106	皮膚にはどんな働きがありますか？	129
	○	○	Q107	なぜ乾燥・肌荒れが起こるのですか？	130
	○	○	Q108	乾燥・肌荒れを防ぐために生活面で注意することは？	131
	○	○	Q109	紫外線で色素沈着が起こるのはなぜですか？	132
	○	○	Q110	メラニンがつくられるメカニズムを教えてください。	133
	○	○	Q111	なぜシミができるのですか？	134
	○	○	Q112	肝斑（かんぱん）とは何ですか？	135

	コスメ マイスター	スキンケア マイスター	Q	問題文	テキスト ページ
	○	○	Q113	シワはどうしてできるのですか？	136
		○	Q114	シワの種類とその手入れ方を教えてください。	137
		○	Q115	ニキビはなぜできるのですか？	138
		○	Q116	ニキビ肌を防ぐお手入れのポイントは？	139
		○	Q117	「思春期ニキビ」と「大人のニキビ」の違いは何ですか？	140
		○	Q118	毛髪の構造と仕組みを教えてください。	141
		○	Q119	毛髪は死んでいるって本当ですか？	143
		○	Q120	抜け毛のメカニズムを教えてください。	144
		○	Q121	白髪（しらが）はどうしてできるのですか？	145
		○	Q122	フケに悩んでいますが、解決するにはどのような手入れ方法があります	146
		○	Q123	頭皮のにおいの原因とその解消法を教えてください。	147
		○	Q124	美しい爪の条件は何ですか？	148
		○	Q125	爪の色や形の変化で病気がわかりますか？	150
PART4 エステティック、美容医療、アロマセラピー、サプリメント					151
		○	Q126	エステティックとは何ですか？	152
		○	Q127	エステティックで期待できることは何ですか？	153
		○	Q128	エステティックサロンを選ぶポイントを教えてください。	154
		○	Q129	エステティックでできること、できないことはありますか？	155
		○	Q130	エステティックに関連した法律にはどんなものがありますか？	156
		○	Q131	エステティックの領域にはどのようなものがありますか？	157
		○	Q132	フェイシャルケアの施術にはどんなものがありますか？	158
		○	Q133	ボディケアにはどんなものがありますか？	159
		○	Q134	脱毛の種類とその方法を教えてください。	160
		○	Q135	エステティックで永久脱毛は可能ですか？	161
		○	Q136	脱毛を受ける際の注意点は何かですか？	162
		○	Q137	エステティックサロンでは、ほかにどのような施術が受けられますか？	163
		○	Q138	ケミカルピーリングを受ける際の注意点は何かですか？	164
		○	Q139	まつ毛エクステンションしたいのですが？	165
		○	Q140	美容医療でできることは何ですか？	166
		○	Q141	医療レーザー脱毛はエステ脱毛とどう違うのですか？	167
		○	Q142	美容医療では保険がきかないのですか？	168
		○	Q143	プチ整形って何ですか？	169
		○	Q144	ノンサージェリー施術って何ですか？	170
		○	Q145	美容ツーリズムって何ですか？	171
		○	Q146	医療におけるケミカルピーリングについて教えてください。	172
		○	Q147	ヒアルロン酸注射には効果はありますか？	173
		○	Q148	ボトックスって何ですか？	174
		○	Q149	フォトフェイシャル（光治療）って何ですか？	175
		○	Q150	アロマセラピーとは何ですか？	176
		○	Q151	精油（エッセンシャルオイル）とは何ですか？	177
		○	Q152	精油はどのように抽出するのですか？	178
		○	Q153	精油の様々な利用法を教えてください。	179
		○	Q154	精油の種類とその作用を教えてください。	180
		○	Q155	精油をブレンドする際のポイントを教えてください。	181
		○	Q156	精油を使用する時の注意点は何かですか？	182
		○	Q157	キャリアオイルの効果は何ですか？	183
		○	Q158	アロマセラピーに関する法律にはどのようなものがあるのでしょうか？	184
		○	Q159	日本のアロマセラピーはどの国のものをベースにしているのでしょうか？	185
		○	Q160	サプリメントとは何ですか？	186
		○	Q161	サプリメント製品に付いているトクホマークの意味は？	187
		○	Q162	症状別のサプリメントの選び方のポイントは？	188
		○	Q163	サプリメントの効果的な摂取方法はありますか？	189
		○	Q164	サプリメントを薬と併用しても問題ないですか？	190
		○	Q165	サプリメントの過剰摂取による弊害はありますか？	191
		○	Q166	偏食で不足する微量元素とは何ですか？	192
		○	Q167	食べるコラーゲンやヒアルロン酸は効果がありますか？	193