

はじめに

皆さん、はじめまして。カラーアナリストの横田綾子です。

この本は、私にとって2作目の本となります。今から20年前。ふとしたきっかけで出会った「パーソナルカラーアナリスト」というお仕事。

それから20年、自分なりに色の活動を続けてきました。

夢中になりつづけてきた色のお仕事。色がきっかけで、それまでの私の人生が変わりました！

どう変わったのか……もうね、楽しくってしょうがない毎日になりました。

1作目は、私が色と出会ったことや色のお仕事をどうやってしてきたかというお話が中心で色で人生が変わったことをお伝えしました。

そんな私が、この本で皆さんに伝えたいこと。

色にどんな魅力があるのか。色をどう使うのか。

自分にとっての心地よい色との付き合い方とは。毎日心地よく色を取り入れるには。

そして、今よりもっと色で楽しくなる方法は……。

そう、皆さんが毎日を楽しく過ごす秘訣は色にあるのです！

この本では、色との付き合い方を軸に、色の特性や似合う色であるパーソナルカラー、そして、自分のために自分で色を選ぶ楽しさを知ってもらい、いつもの毎日が、とっても素敵な毎日に変わっていく。

あなたの人生が色で楽しくなるようなヒントをお届けします。

そして、本作では、読み進めながら自分の考えも書き込めるようなノート形式にもなっているので、ぜひ、あなたが思う今の気持ちを一緒に書き込んでください。

この本を読み終わったときに、自分自身の色の参考書になるような使い方をしていただけたらと思っています。色があなたに寄り添ってくれる1冊になりますように♪

それでは、楽しい色の世界へようこそ！

今から、あなたの心と人生に寄り添う色を見つけていきましょう!!

～まずは、パーソナルカラーの基本知識をお伝えします～

パーソナルカラー診断は、色の反射で診断します。真っ暗な中では、色は見えないですよ？

色にとって、光（光源）は、とても大切な要素の一つです。

色は光による反射で見ることができます。

色の特徴があなたのお顔に反射したときに、肌・目・髪の色がどんな色で素敵に見えるのか？

を診るのが、パーソナルカラー診断です。

実際に対面診断などでご自身のパーソナルカラー診断を受けていない方は、こちらのチャート表で、おおよそのカラータイプをチェックできます。

ペーパルカラータイプ セルフチェック表

質問	スプリングタイプ	オートムタイプ	サマータイプ	ウインタータイプ
1.瞳の色は？	明るいブラウン系でキラキラ ソフトブラウン	深い茶色で柔らかな ブラウン	明るい茶色で柔らかな グレイッシュブラウン	はっきりくっきりな黒 濃い茶色
2.日焼けしたら？	日焼けしやすく戻るのも早い	日焼けしたらすすぐ黒くなる	日焼けしたらすすぐ赤くなる	日焼けしたらすすぐ黒くなる
3.肌の色は？	明るい色白のオークル系	深いオークル系や褐色の肌	血色があるピンク系	色白ピンク系のオリーヴ肌
4.お肌の質感は？	皮膚が薄くて艶肌	肌が丈夫でワット肌	皮膚が薄くてワット肌	肌は丈夫で色白
5.リップの色は？	明るくて鮮やかな赤赤が似合う	ペーパージュ系が似合う	ローズピンクが似合う	濃い赤が似合う
6.地毛の色は？	明るい茶系 透明感のある黒	深みのある茶色か黒	柔らかな黒 赤みの茶色	黒 赤みのダークブラウン
7.手のひらと手の甲の色は？	手のひらと手の甲の色が同じ	手のひらと手の甲の色が同じ	手の甲より手のひらが赤い	手の甲より手のひらが赤い
8.あなたのイメージは？	明るい・キュート	大人っぽい・シック	フェミニン・エレガント	ゴージャス・格好良い
<p>あなたは何タイプ？ ○が多いタイプがあなたのカラータイプです</p>				



Warm · Deep · Soft

Cool · Light · Soft



Warm · Light · Vivid

Cool · Deep · Vivid



Summer



Winter

ただし、正しい判断は、先ほどもご説明したように色の反射で決まります。上記のチャート表は、色の反射ではないので、より自分自身を客観的に見てくださいね。

100%正しいカラー診断は、正しい色の知識を持ったパーソナルカラーアナリストに診断してもらってください。そして、正しい色の知識を持ったカラーアナリストを探してください。色は感覚だけでは見えません。

パーソナルカラー＝似合う色＝美人色

似合う色を見つけることは、自分が知らなかった魅力を見つけていく作業です。

ワクワクしませんか？ 色だけで、きれいになり毎日が楽しくなります。

「似合う色」は、自分の魅力を引き立てるツールです。これは外見に必要な色。

なんだかんだ言っても、外見の魅力は必要です（ある程度の清潔感と同じ）。

美人でなくても、色で美人に見えるのが似合う色の効果です。色が主役ではなく、色があなたを助けてくれるのです。あなたの味方になってくれる色が必ずあります。

そして、外見だけではなく、自分の内面にも助けてくれる色があります。

毎日、寄り添ってくれる自分だけの色。ぜひ、この本で一緒

に探してみましよう。

では、スタートです！