

## 【Peachy 3/18 更新分：パーソナルカラー特集】

女子力アップ！パーソナルカラー診断で本当に似合う色を見つけよう



春は出会いの多い季節。入学・進学や就職・転職・異動と、新しい環境で初対面の人に会う機会が増えます。人間の第一印象は 6 秒で決まるといいます。まずは見た目でも好感度 UP しておきたいですね。

女子力がアップし、「婚活にも効く！」と評判のパーソナルカラー診断。色でそんなに印象が変わるの!? 今回は編集部のスタッフ T がパーソナルカラー診断を体験してみました！



<今回診断してくれるのは…>

高橋利予先生

カラークチュール主宰。

ドレスメーカー女学院分校を経営する母のもと、小さな頃から自然にファッションやカラーに興味を持つ。8年間のアパレルでのチーフデザイナーを経て、企業や店舗のユニフォーム・コスチュームデザイナーに転向。大手流通子会社に入社後は、多数の実績を認められ、グループ初の女性取締役役に就任。独立後、デザイン・イラスト・プレゼンテーション全般をこなす。

## パーソナルカラーの基礎知識

「お気に入りの服を着てもイマイチ決まらない、という人は、色選びが間違っているのかも！」と先生。

パーソナルカラーとは、その人に似合う色のこと。肌や目の色で診断するので、一生変わることがありません。合わない色の服やメイクだと、肌トラブルが目立って見えたり、顔がぼんやりし、老けて見えたりとマイナス面がいっぱい！逆に合う色を身に付ければ、明るくイキイキとした印象を与えることができるんです。好きな色と似合う色もまた違うそうなので、好きな色の服ばかり買っていたけど実は似合っていなかった、というコワ〜イこともよくあるのだそう！

### STEP1. カウンセリング



まずはパーソナルカラーについての基礎知識を教わりながら、好きな色、嫌いな色、普段の洋服、なりたいイメージなどを話していきます。

より正しく診断をするならすっぴんで！ 目や髪、肌の色も重要な判断材料です。

## STEP2. 自分に似合う色を調べる



春、夏、秋、冬と 4 つに分かれたカラー分析の基本グループから、どのグループに属するのかを判断していきます。

洋服を白い布で覆って色味を無くし、色ごとに春夏秋冬 4 種類の布をあて、似合うかどうかをチェック。似合う色と似合わない色がびっくりするほどハッキリ分かります。

「赤が似合う」「青が似合う」ということではなく、赤でも青でも「似合う季節の色」があるんですね。

今回体験したスタッフ T は、「秋」のグループが一番似合うよう。

<コラム>

それぞれのグループの特徴は以下の図の通り。

# 春

野に咲く花のような、  
明るく透明感のある色が似合う人  
黄色が混ざった明るい色が多い

芸能人でいえば…

上戸彩さん、前田敦子さん、  
吉瀬美智子さん、松田聖子さん

など

# 夏

上品でソフト、  
エレガントな印象の人  
パウダーをはたいたような、  
薄めのペールトーン

芸能人でいえば…

菅野美穂さん、石原さとみさん、  
桐谷美怜さん、吉高由里子さん

など

深みのあるアースカラーグループ  
シックで都会的、知的な印象の人  
自然界に存在する色

芸能人でいえば…

山田優さん、北川景子さん、  
佐々木希さん、安室奈美恵さん

など

モノトーンや、コントラストがハ  
ッキリした鮮やかな色が似合う人  
目力が強い人が多い

芸能人でいえば…

黒木メイサさん、武井咲さん、  
堀北真希さん、柴崎コウさん

など

# 秋

# 冬

ちなみに日本人で多いのは冬>春・夏>秋の順で、秋の人は2割ほど。モデルに多いのだそう。この日の取材メンバーは3人中2人が「秋」だったので、先生もびっくり！



### STEP3. ヘアカラー、ネイル、メイクのチェック



春・秋が似合う人の肌はイエローベース（暖色系）、夏・冬が似合う人の肌はブルーベース（寒色系）なので、ヘアカラーやネイル、コスメの色選びも変わってきます。例えばブルーベースの人がオークル（暖色）系のファンデーションを使うと、肌がくすんで見えてしまうそう！

#### STEP4. カルテをもらう



最後に、各グループの特徴と、似合う色をまとめたカルテやカラーチャートを受け取ることができます。これを持って買い物に行けば、もう迷わない！

#### どれくらい印象が変わるの？

「秋」グループと診断されたスタッフ T の場合、下記のような結果に。

- ・似合う色は深みのある朱赤やキャメル、ベージュなど
- ・グレーや黒などは顔周りには特に避けた方がよさそう
- ・メイクもイエローベースなので暖色系のブラウンやゴールドでまとめると◎

同じ秋グループでも、顔立ちやなりたい印象によって一番似合う色は異なるのであくまで参考までに……。

では、どれくらい変わるのか見せてもらいましょう！



**Before** は、あえて似合わない色の服を着て、メイクも手持ちアイテムでのセルフメイク。ぼんやりとした印象でやや顔色が悪く見えています。

**After** は似合う色の服を着て、・似合う色のコスメでメイク。キリッと大人っぽく、引き締まっていますね。

パーソナルカラーを意識するとこれだけ印象が変わるとは、今まで似合わない服を着ていたかもしれない自分が恥ずかしい……！ パーソナルカラーを意識して服やメイクを選べば、自信が持てそうですよね！ 婚活を前にした女子が駆け込むのも納得です。

自分のパーソナルカラー、気になってきましたか？

似合わない服やメイクではもったいない！ 色による自分の見え方を意識してみると、意外な発見がありますよ。ウェブ上で簡易診断できるサイトもあるので、ちょっと覗いてみてはいかがでしょうか？ ただ、自己判断では間違っている可能性も。正確に知りたい人は、診断を受けてみましょう。

<高橋先生のサロン>

カラークチュール

<http://www.iiiro.net/>

東京都台東区竜泉 1-27

アクセス：東京メトロ 日比谷線 入谷駅より徒歩約 3 分

※サロンまでのご案内は、ご予約確定後に詳細をご連絡します

営業時間：

平日 9:00～21:00

土・日・祝 10:00～17:00

ご予約・お問い合わせ：050-3346-2806

<photo : Tomomi Kobayashi / top design : tongpoo / text : Yurie Yagi (K-Writer's Club) >