

似合う色はどんな色？

パーソナルカラー

好きな色のセーターなのに、なぜか顔写りが悪い……。

そんな経験はありませんか。

実は、一人ひとりの個性によって、似合う色は異なります。

そこで「パーソナルカラー」をご紹介します。

肌の色などから似合う色の傾向を知り、

自分らしいファッションを考える手法です。

基本的な診断法や実践法について、

NPO法人日本パーソナルカラー協会理事の

森田和夫さんに聞きました。



パーソナルカラーを知れば おしゃれの世界が広がります

第一印象の約90%は視覚情報といわれ、色の影響は絶大です。そこに着目したのが「パーソナルカラー」。自分に似合う色を知りファッションに生かすことで、印象をより良くしようというものです。これにより自信や元気も増すでしょう。

似合う色は、肌の色や質感を美しくみせる効果があり、全体のイメージも若々しくなります。上半身の装いやスカーフ、メイクやヘアカラー、顔まわりのアクセサリは、似合う

色から選びましょう。

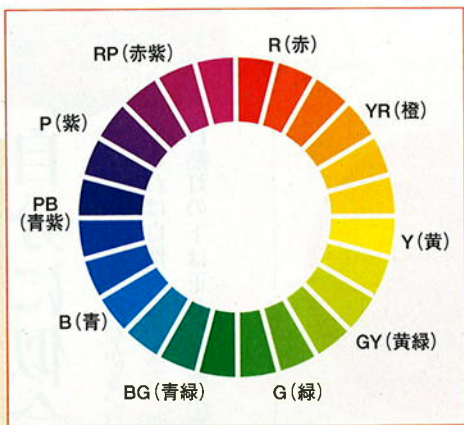
残念ながら、好きな色が似合う色ではないこともあります。そうした色を身につける場合でも、パーソナルカラーの手法を知っていれば、すてきに着こなすことが可能です。何となく似合わないと思ってたんすに眠らせていた服も、この方法で着る機会が増えるかもしれません。

おしゃれを通じてご自身の未知の魅力を引き出すために、パーソナルカラーをぜひお役立てください。

森田 和夫 さん

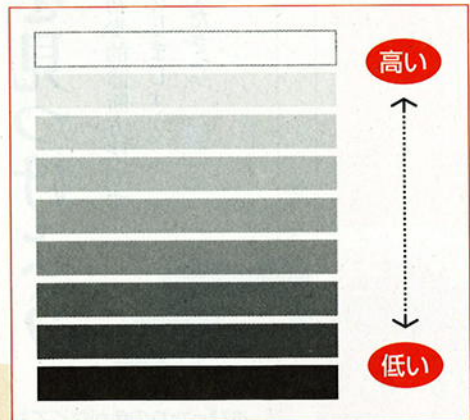
NPO法人日本パーソナルカラー協会理事。株式会社色カラー代表取締役。日本色彩学会会員。朝日カルチャーセンター大阪(☎06-6222-5222)の社外講座講師も務める
<http://www.iro-iro.com/>





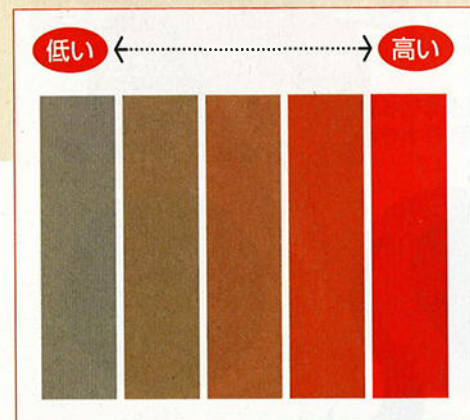
色相

色相 色みのこと。赤、橙、黄……というように色み(色相)のちがう色を、よく似た順に並べると、再び赤へと戻る色相の環(色相環)ができる。無彩色(白、黒、グレー)は含まれない。明度や彩度に関係なく、「赤い」という色みであれば色相は「赤」になる。



明度

明度 色の明るさの段階。明度もっとも高い(明るい)のは白、もっとも低い(暗い)のは黒。色みのある有彩色(白、黒、グレー以外の全ての色)の明度は、白に近づくほど高く、黒に近づくほど低くなる。明度は「重い・軽い」「硬い・柔らかい」といった印象に関係する。



彩度

彩度 色の鮮やかさの段階。無彩色は色みを含んでいないので彩度はゼロ。彩度のもっとも高い色を純色という。純色に無彩色を混ぜると、色みが少なくなり彩度が低くなる。彩度は「派手・地味」といった印象に関係する。

イエローベースとブルーベースとは

色は、「色相」「明度」「彩度」という三つの属性によって表わすことができます。これを根拠に、ほとんどの色がイエローベースとブルーベースという二つのグループに分けられます。イエローベースはウォーム系(オークル系)ともいい、すべての色に黄色を混ぜた色です。一方、ブルーベースはクール系(ピンク系)ですべての色に青色を混ぜた色を指します。

例えば、赤に黄色を混ぜた「サーモンピンク」はイエローベース、同じ赤に青を混ぜた「ローズピンク」はブルーベースです。また、「黄色」と呼ばれる色もすべてイエローベースとは限りません。同じ「黄色」と呼ばれる色でも、例えばひまわり色とレモンイエローの「黄色」は違います。この場合、ひまわり色の黄色はイエローベース、レモンイエローの黄色はブルーベースとなります。また、ゴールドはイエローベース、シルバーがブルーベースのイメージです。

春・夏・秋・冬タイプで似合う色はちがう

イエローベースとブルーベースは、明るさ、鮮やかさ、澄んだ色、濁った色の違いでさらにそれぞれ二つに分かれ、「スプリング(春)」「サマー(夏)」「オートム(秋)」「ウインター(冬)」の四つのグループに大別されます。これが一般的に普及している色の分類法であり「パーソナルカラー」の基本になるものです。パーソナルカラーの色の区分は、「赤は似合うが緑は似合わない」というような色の分け方ではありません。色相、明度、彩度の特徴により、同じタイプの「色調」をまとめたものです。

一人ひとりの肌の色、髪の色、瞳の色などの組み合わせにより、似合う色をこの4グループに当てはめることができます。ただし、必ずしも一つのグループにおさまるとは限らず、複数のグループにまたがる場合が多いです。

似合う色を顔の近くにもってくると、①肌全体の透明感が増す ②顔の輪郭がクリアーになり、目元がはっきりする ③血色がよくなり、元気なイメージになる ④肌のトラブルが目立ちにくくなり、若返った印象になる、といった効果があります。逆に似合わない色では、肌が黄ばんで見えたり、全体の印象が暗く見えてしまいます。

似合う色をコーディネートに取り入れれば、今よりもっと个性的なスタイルニングができるはず。パーソナルカラーは「おしゃれの基本」といえるでしょう。

パーソナルカラーでより美しく

自分に似合う色を見つけよう

誰でもかんたんにわかる、パーソナルカラーの初歩的診断方法です。できれば自然の光が入る、明るい環境でチェックしましょう。白熱灯の下は正しい判断が難しいため避けてください。

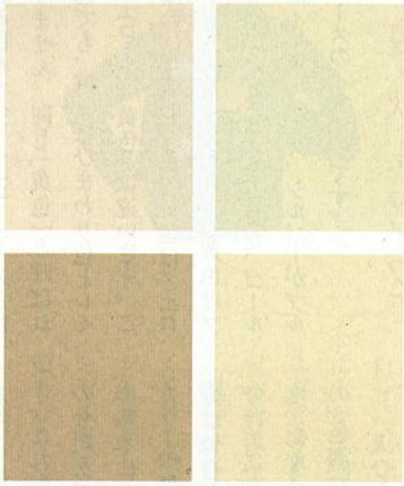
※ぴったりの色がなくてもより近いものを選んでください。



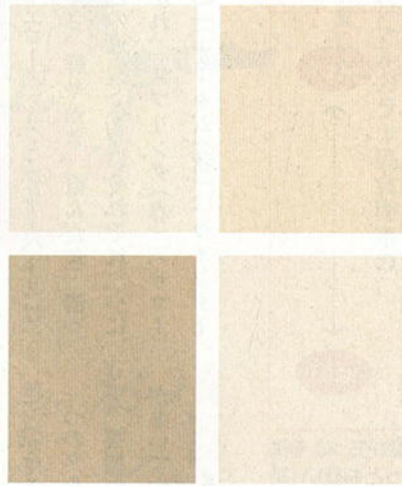
Q1

肌の色は、パーソナルカラーの診断にもっとも大切な要素です。ノーメイクの状態で見ましょう。あなたの肌の色により近いのは、どちらのグループですか？

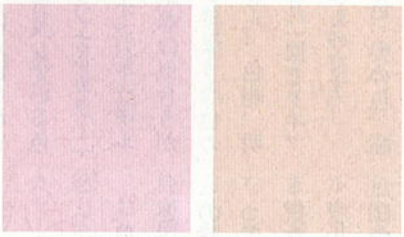
ウォーム系(オークル系)



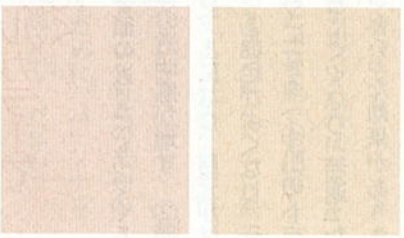
クール系(ピンク系)



クール系(ピンク系)



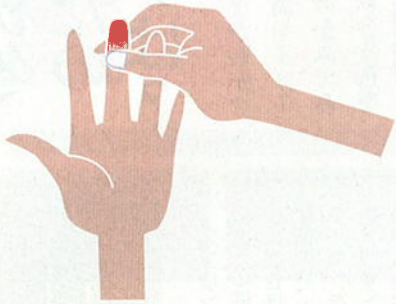
ウォーム系(オークル系)



Q2

同じくノーメイクの状態、あなたの頬の色に近いのはどちらのグループですか？





クール系 (ピンク系)

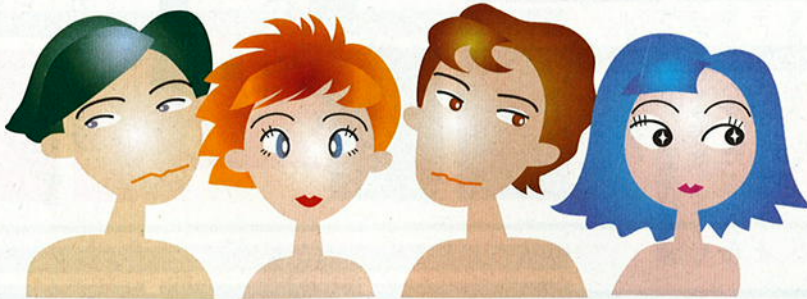


ウォーム系 (オークル系)



Q3

中指の先を強く押さえたときの、指の色に近いのはどちらですか？



Q1~3で、どちらが多く当てはまりましたか？

ウォーム系が多く当てはまった人はこちら

あなたの瞳の雰囲気に近いのはどちらですか？

オレンジがかったダークな茶色、こげ茶色、落ち着いた印象

黄みがかった茶色、キラキラ輝く印象



秋/オータム

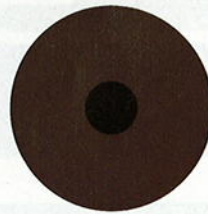
春/スプリング

クール系が多く当てはまった人はこちら

あなたの瞳の雰囲気に近いのはどちらですか？

灰色がかった茶色、やさしい印象

白目と黒目のコントラストがややはっきりした印象



夏/サマー

冬/ウインター