

「気になる色」又は「気になるメッセージ」から

“こんなふうに自分を磨きたい”
色からイメージできるように

色彩心理を基に

7色の磨き方マニュアルを
作成してみました

資格認定・カラーを仕事にする専門家
原 美保子



レッド

- ・情熱的でエネルギッシュになりたい
- ・存在感をアピールしたい
- ・リーダーシップをとりたい

◇ レッドが気になる時の磨き方 ◇

自信のある所に使う

ネイル・口紅・ピアス・トップス
スカート・ベルト・靴（使い過ぎはNG）

※ダイエットをしたいと思っている方は、レッドを意識して運動を始めましょう



オレンジ

- ・ 少しくらいミスをしてでもへこたれない
- ・ 明るく元気で、人を惹きつけたい
- ・ 素直に喜びを感じたい



◇オレンジが気になる時の磨き方◇

自分を輝かせたい時に使う

チーク・スカーフ・ドレス・ジャケット
(使い過ぎはNG)

※パートナーが欲しい方は、オレンジを意識して色々な所に出かけましょう

イエロー

- ・ 良いアイデアを楽しみながら発揮したい
- ・ 企画力・文章作成力を高めたい
- ・ 5才若々しく、可愛らしく見られたい

イエローが気になる時の磨き方。

人を笑顔にしたい時に使う

喉の近くで揺れるピアス・インナー
ジャケット・スカート（使い過ぎはNG）

※講師になりたい方のサポートカラー、イエローを意識して知識を身につけましょう



グリーン

- ・ 健康的な体と心で自身を大切にしたい
- ・ 人を助けるサポートがしたい
- ・ 穏やかな印象に見られたい

◇グリーンが気になる時の磨き方◇

ありのままでいたい時に使う

アイシャドウ・ヘアアクセサリー・ネックレス
インナー・スカート（使い過ぎはNG）

※心身のバランスを取り戻したい時、グリーンを意識して森林浴に出かけましょう



ブルー

- ・ 控えめで落ち着いて見られたい
- ・ 知的で誠実、信頼を得たい
- ・ 言葉で自分の思いを伝えたい



◇ブルーが気になる時の磨き方◇

コミュニケーションが必要な時に使う

アイシャドウ・ネックレス・時計・シャツ
パンツ・バック・小物（使い過ぎはNG）

※世の中に伝えたい事がある方は、ブルーを意識して自分と向き合いましょう

インディゴ

- ・ 直感力、洞察力に優れた人になりたい
- ・ 洗練されたセンスを身に着けたい
- ・ 知的で品格を持ちたい

◇ インディゴが気になる時の磨き方 ◇

コンプレックスを乗り越えたい時に使う

アイライン・マスカラ・ピアス・スカート
シルクのパジャマ・（使い過ぎはNG）

※物事の本質を見極めたい時、インディゴを意識して夜空のエネルギーで闇を照らす



パープル

- ・ ミステリアスで美しい魅力に惹かれる
- ・ 特別な感性で芸術に没頭したい
- ・ 人の為に才能を生かし尊敬されたい

◇ パープルが気になる時の磨き方 ◇

自尊心を高めたい時に使う

ヘアアクセサリー・ピアス・指輪・ドレス
スカート・枕カバー（使い過ぎはNG）



※頭痛や不眠で疲れている時、パープルを意識してラベンダーの香りで癒しましょう