

子育てママのカラー教室

by Color Lab. for full Life

「色の不思議な力を知って、 自分に似合う色でキラキラ輝くママに」

育児に追われ、自分らしい輝きを失っていませんか。

子供の健やかな発達には、何より一番身近なお母さんがキラキラ輝いていることが大切です。また、1歳までに育つといわれる子供の色覚（色を認識する能力）には、環境や特に一番身近なお母さんの服装も大きな影響を与えます。

カラーを上手に使うって自分やお子さんの気持ちをコントロールできたら……。同時に似合う色を知り、素敵に輝くママに変身することができたら、きっとお子さんも目の輝く健やかな成長が期待できるでしょう。

第1部「色を使って、暮らしに彩りを～カラーは心のビタミン～」 ＜プロジェクターによるプレゼン＞

1. “色”の不思議な世界に触れましょう。
錯視など色の不思議な世界を体験し、色は目だけでなく、脳で見る、感じることを体感しましょう。
2. カラーは心のビタミン
元気が欲しいときはどんな色？リフレッシュしたいときは？TPOに合った色使いで気持が大きく変わります。
赤い色を見ると興奮する、青い色を見ると落ち着く。これはホルモンの分泌が大きくかかわっています。色は心理と生理、両方から人に大きな影響を与えます。
上手に使いこなせば、心のビタミンになります。

第2部「似合う色を知ってキラキラ輝くママに」 ＜似合う色診断＞

3. 似合う色を見つけましょう。（数分／一人の簡単な診断を行います）
ドレープ（カラー布）を使ってパーソナルカラーを診断してみましょう。好きな色と似合う色の違いが見つかるかもしれません。
似合う色を身につけると素敵に見え、「最近きれいになったね！」などと声をかけられると自信がつき、身も心も「キラキラ輝くママ」に変身すること間違いなしです。育児中のお母さんが輝いていれば、子どもも輝きます。