



一般社団法人 日本カラーマイスター協会のご案内

小さな砂粒から生物、人工物、街、自然、宇宙に至るまでそのすべてに色は存在する。

この世界はあらゆる無限の色で溢れている。

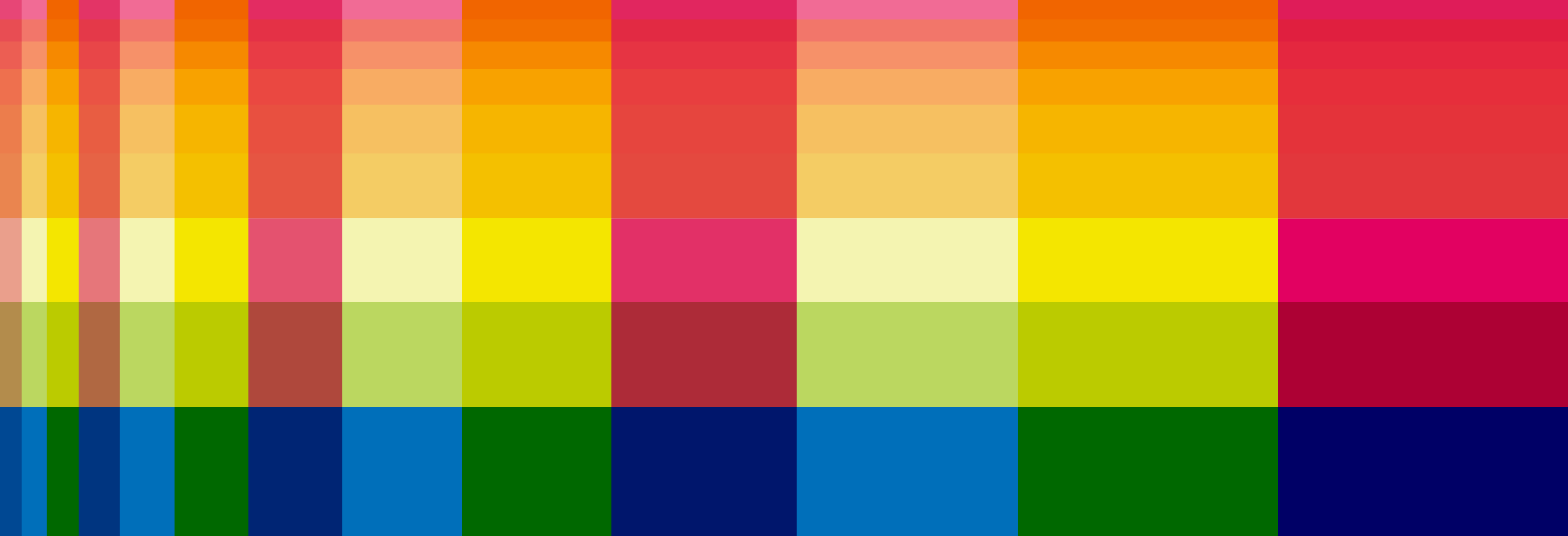
色には役割があり、それぞれ意味や目的を持ち、繋がり、影響し合い、わたしたちの暮らす社会をつくりあげる。心を元気に、生活を豊かにし、未来を鮮やかにする力がある。

わたしたちはあらゆる可能性を持つ色の力を信じている。

LIFE BECOMES MORE BEAUTIFUL WITH COLORS.

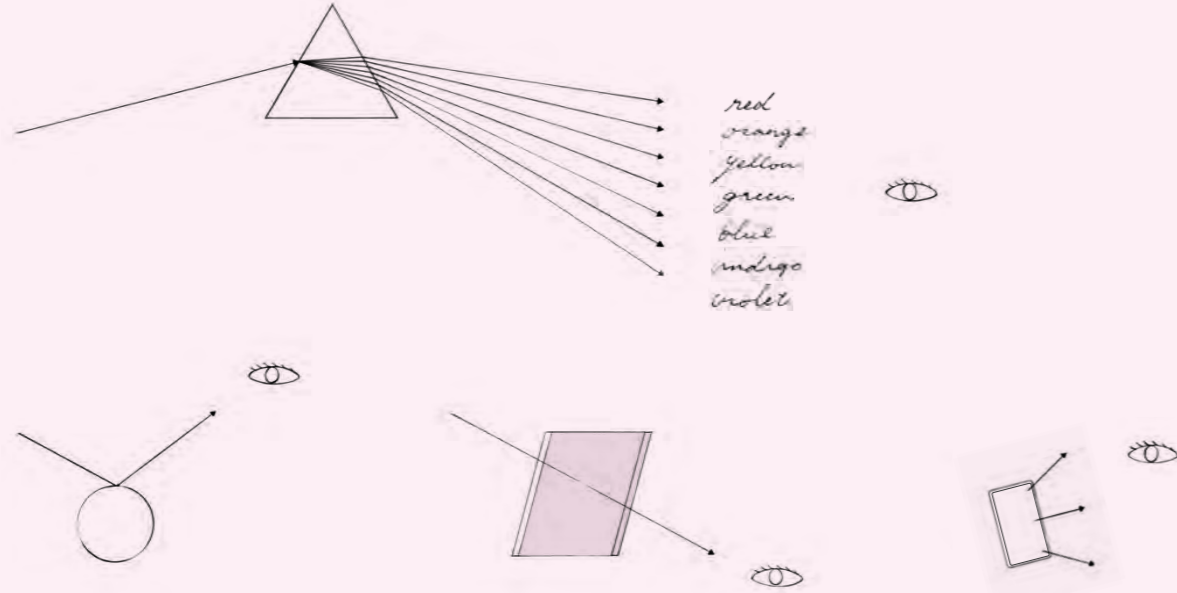
一般社団法人 日本カラーマイスター協会は、
実生活で生きる色の知識と配色テクニックを伝え、
ライフスタイルの一環として色を楽しみ、その魅力や喜びを分かち合えるような
カラーコミュニケーション能力を身につけた、
“色のスペシャリスト”が活躍できる環境づくりを目指していきます。

LIFE BECOMES
MORE BEAUTIFUL
WITH COLORS.



about “colors and lights”

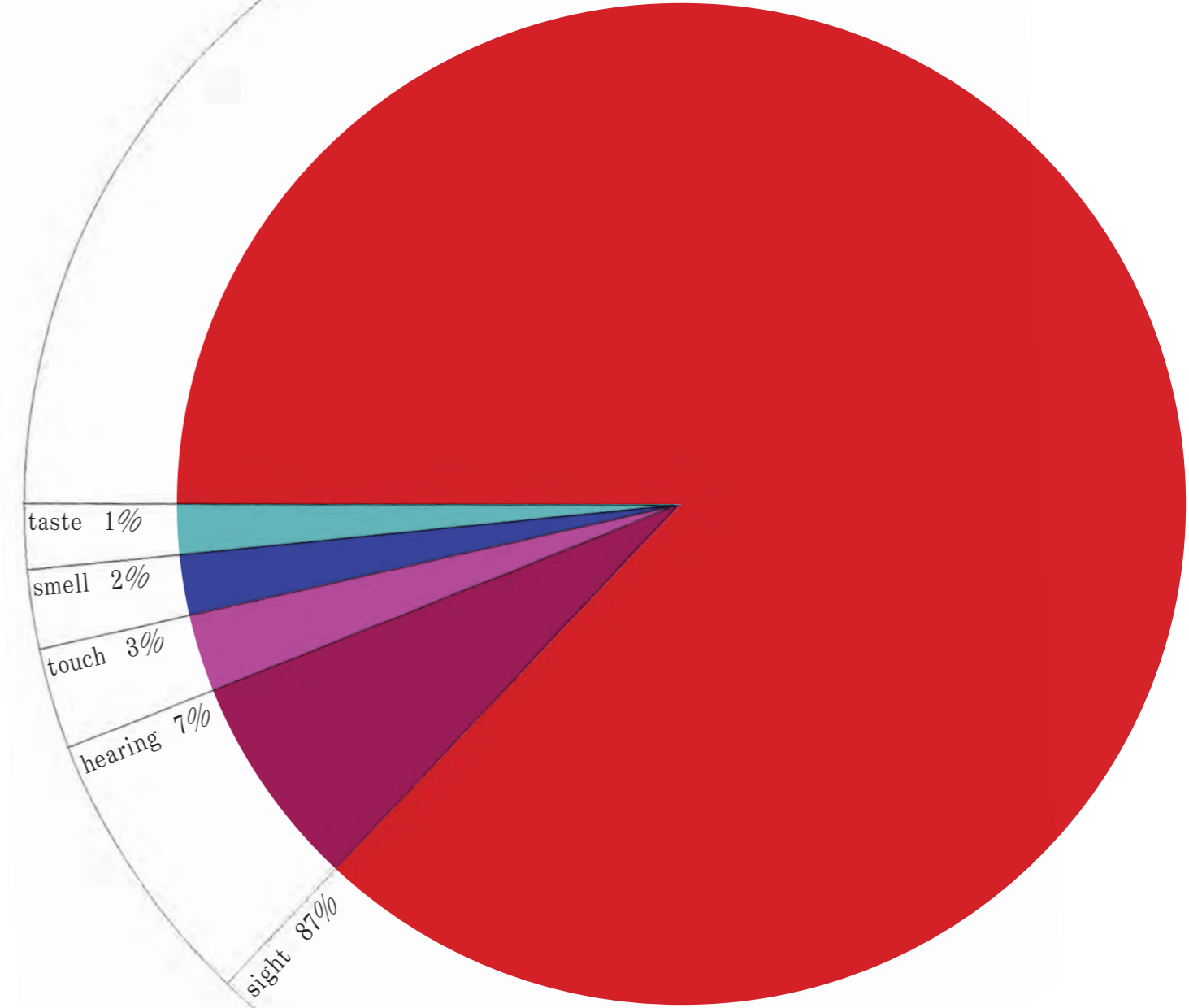
色には光そのものの色と、光が物質などに反射して認識する色があります。
そのなかでも人間の目で認識できる光の波長を「可視光線」といいます。
物質の表面に光が反射して認識する色を「表面色」、
ガラスなどの透けてる素材によって認識する色を「透過色」、
パソコンのモニターや、花火などから発する光の色を「光源色」といいます。
人間が識別できる色は800～1000万種類ともいわれています。



history of colors

古代ギリシャ時代から色についての研究が始まります。
アリストテレスは自然界に存在する色は光と闇、白と黒の間から生じ、
すべての色は白と黒の混合の割合で決まると発表しました。
ニュートンは光のスペクトルを発見し、
太陽光の白色はさまざまな色の重なりであることを証明しました。
ゲーテは色彩心理学の基礎をつくり、
色の生理的作用や感覚的効果まで言及しました。

そして現在、
目に飛び込んで来たさまざまな色は
電気信号となって脳の大脳皮質によって認識され、
自律神経やホルモンの分泌にも関わることが明らかになっています。
さらに、人間は情報を得る五感のうち、視覚が87%を占めているといわれています。
そのなかで、一瞬で感じることができ、認識力が極めて高い色は、
社会と繋がる優れたコミュニケーションツールともいえるのです。



about “color wheel”

人間の目で認識できる可視光線のグラデーションを輪にしたものを「色相環」といいます。

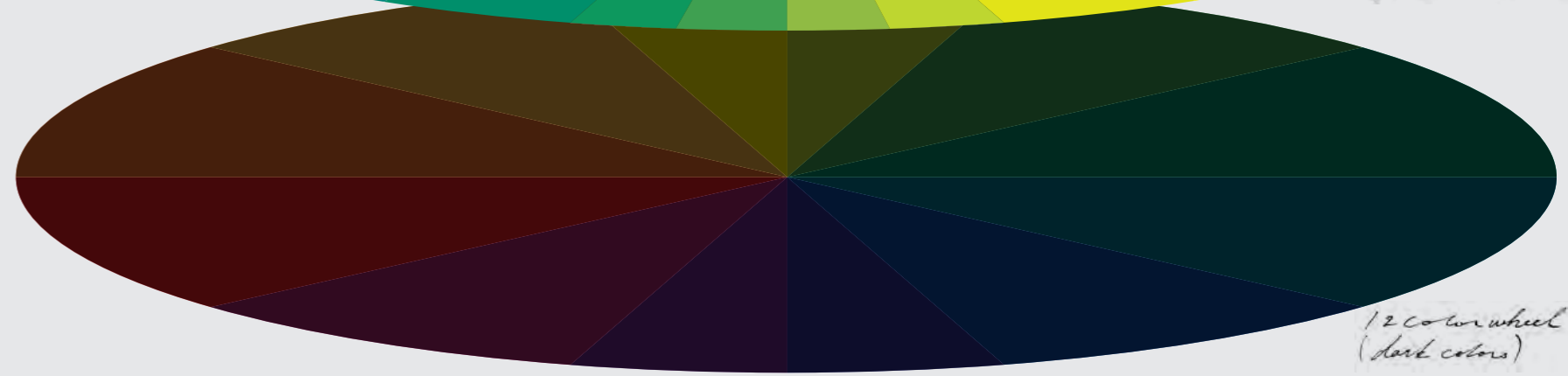
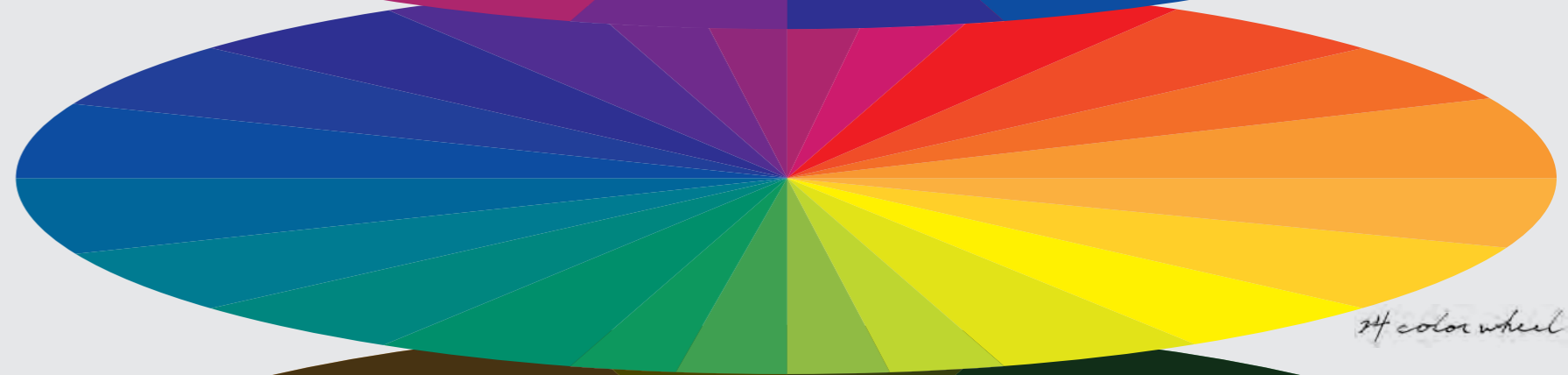
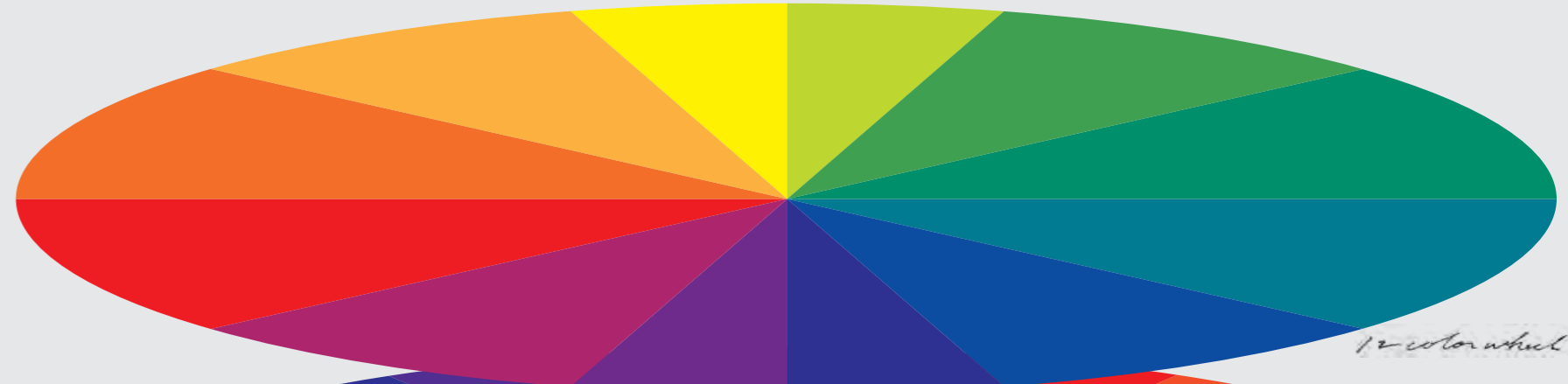
色相環は12色、24色などがあり、赤、赤みのオレンジ、黄みのオレンジ、黄、黄緑、青緑、緑、緑みの青、青、青紫、紫、赤紫で一周しています。

基本的な色相環はそれぞれの色の一番鮮やかな純色を使用します。応用としてパステルカラーやダークカラーなどの色相環もありますが、色の並びは入れ替えることはできません。

色相環は色の地図ともいわれ、配色のテクニックを見出すことができます。

また、色は「三属性」によって区別することもできます。

色そのものを指す「色相」、色の明るさのレベルを示す「明度」、色の鮮やかなレベルを示す「彩度」、この3つの要素によって色は構成されているのです。



rules of color combination

配色にはルールがあります。

3つの基本ルール「色相配色」「トーン配色」「対比」を知ること
で難しさから解放され、楽しく効果的に配色することができます。

色相配色は、

色相環の色の位置関係で、配色する方法です。

単色の濃淡でつくる「同一色相配色」、

隣り合う色でつくる「類似色相配色」、

0度、120度、240度の方向に位置する3色でつくる「トライアド配色」、

色相環で正反対の位置にある色を組み合わせでつくる「補色色相配色」などがあります。

トーン配色は、

明度と彩度の関係で分けたグループを使い、配色する方法です。

同じトーンの色で組み合わせる「同一トーン配色」、

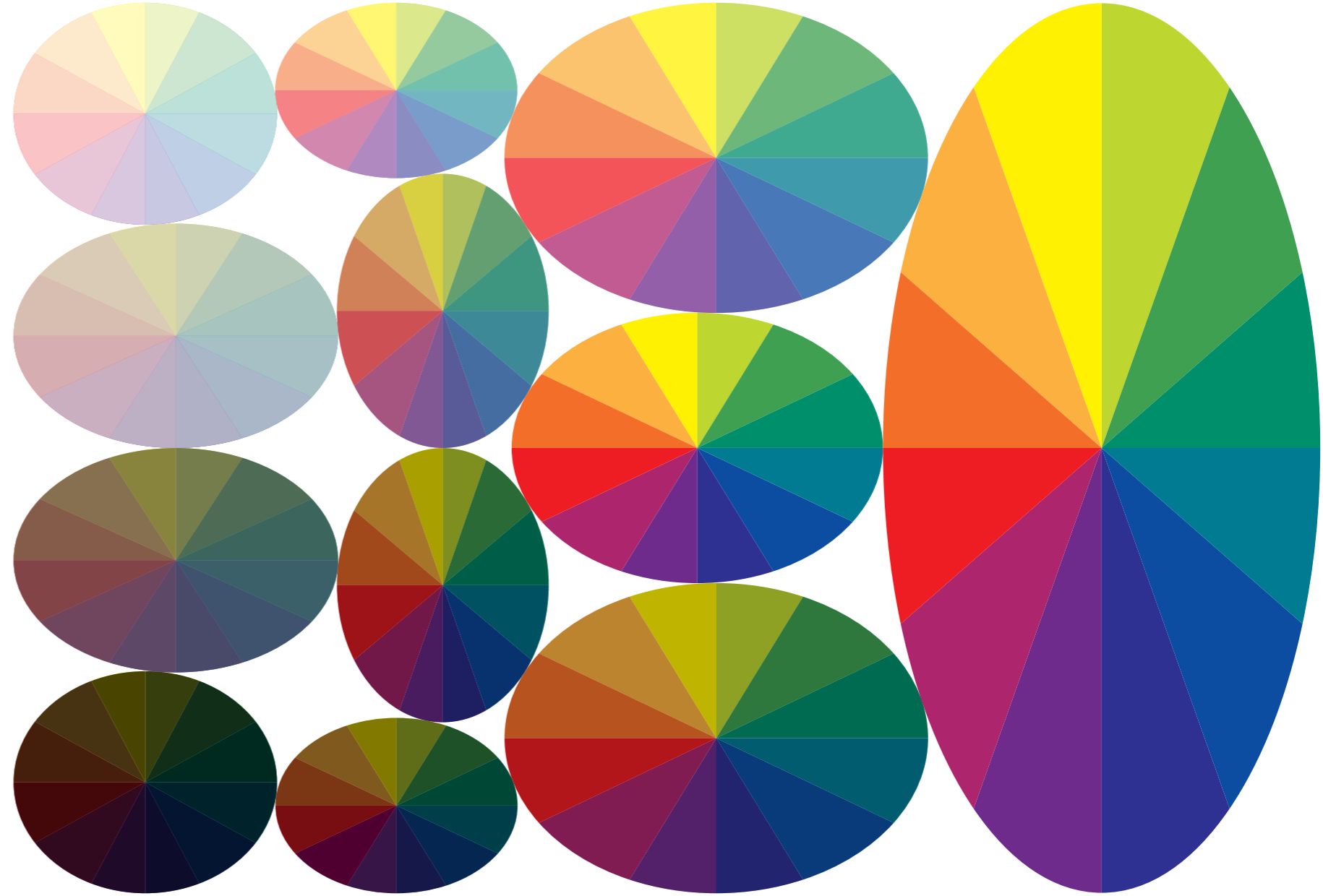
隣り合うトーンの色を組み合わせる「類似トーン配色」、

離れたトーンの色を組み合わせる「対照トーン配色」があります。

対比は、

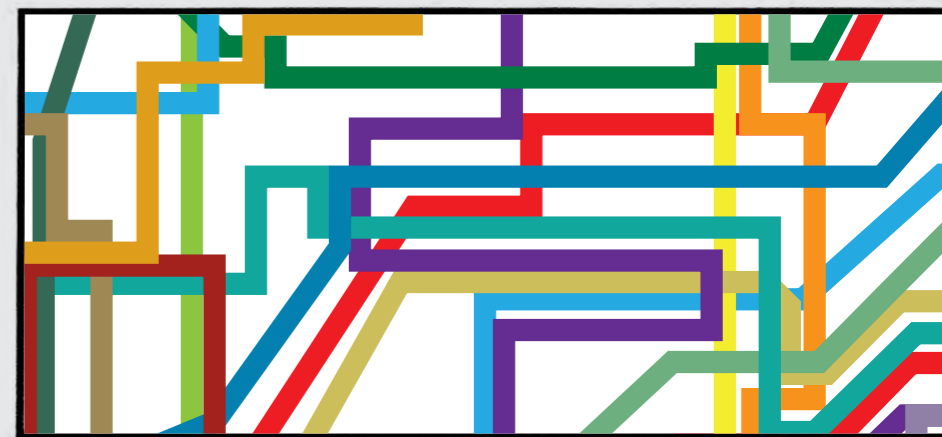
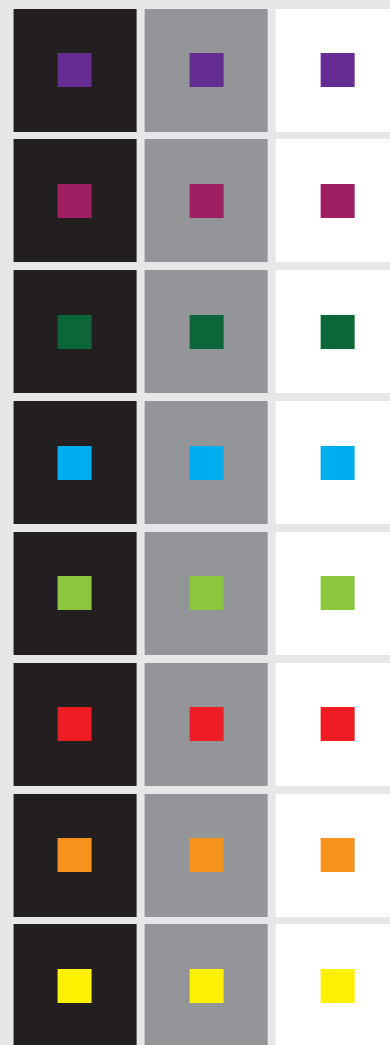
隣り合う色や背景にくる色の対比により、目的に合わせて効果的に配色する方法です。

「色相對比」「補色対比」「明度対比」「彩度対比」の4つがあります。



function of color combination

配色には機能があり、色によるコミュニケーションが公の場で多く用いられています。
明度差により「視認性」を、
似ているものを色相別に区別することで「識別性」を、
目立つ色を使い無意識に注意を引きつけることで「誘目性」を高めることができます。
道路標識や電車の路線図などで多く見られるように
機能的な配色は安全性を高めたり、社会生活を円滑にすることができるのです。



現代のライフスタイルでは、8つのフィールド（衣・食・住・環・美・医・心・学）が浮かび上がってきます。

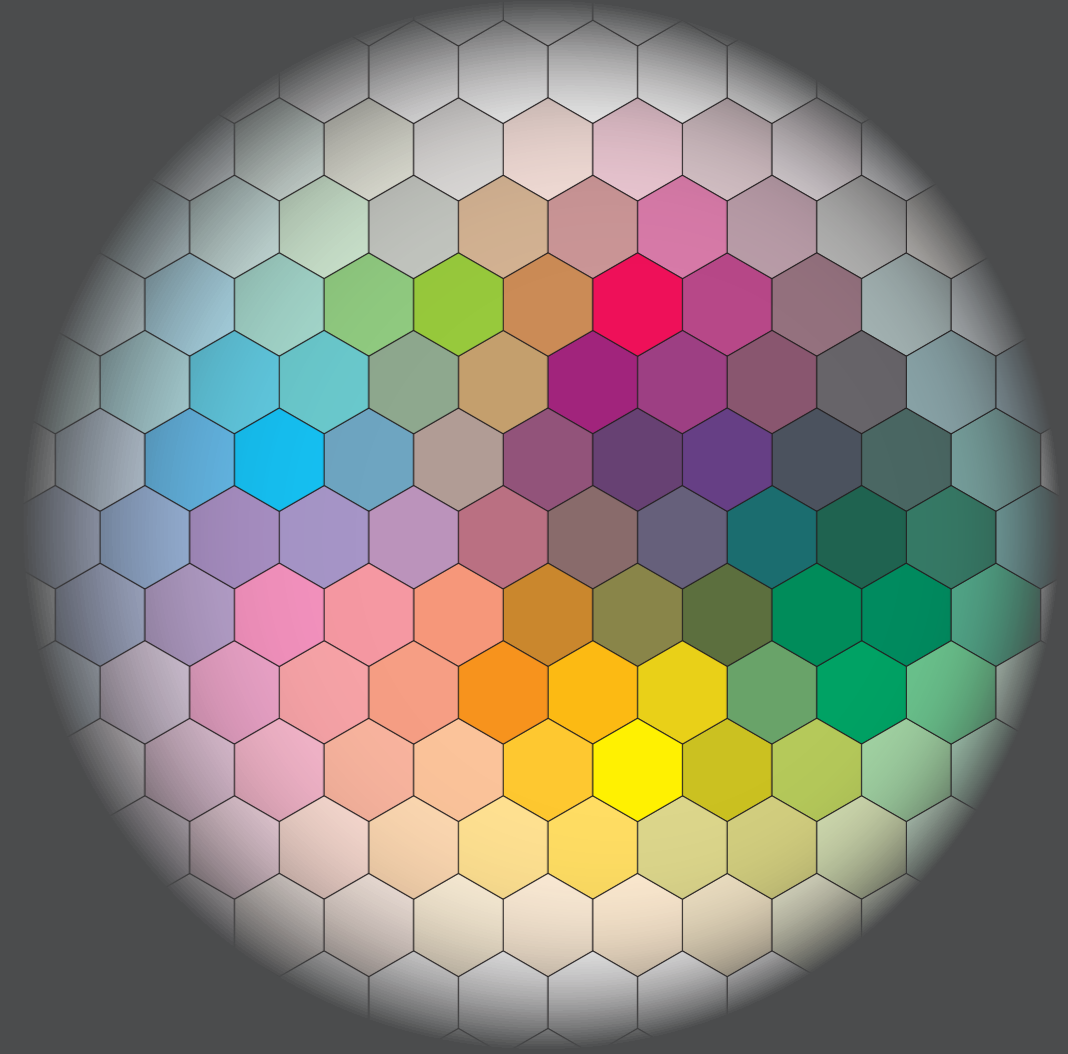
わたしたちは、それぞれのフィールドで“効果的な配色”の研究をしています。

8つのフィールドは人や社会と深いつながりを持ち、カラーコミュニケーションを通じて複雑に連鎖していきます。

この研究は、デザインやマーケティングなどでも実践され、社会に役立てられています。

その効果的な例を一部紹介します。

- （衣）ファッションで色を使いこなすことは、自己の価値を高めることにもなります。
- （食）食事の場面での色の影響の大きさを知ること、食事をもっと楽しむことができます。
- （住）住まいに色の効果を取り入れることで、毎日の暮らしは豊かになります。
- （環）色は環境を整え、人の行動や経済活動を変えることができます。
- （美）色を活用することで、自分自身の本質的な美しさを輝かせることができます。
- （医）色は人の心や体に働きかけ、よりよい医療をサポートします。
- （心）心のコントロールにも役立つ色は、生きていくうえでの支えにもなります。
- （学）色を味方に、未来へ羽ばたける学びの場をつくることができます。



▶衣 個性を引き出すパーソナルカラー



生まれつき自分が持つ肌、髪、眼の色と相性の良い色をパーソナルカラーといいます。最近では「ブルベ」(ブルーベース)、「イエベ」(イエローベース)という言葉の認知度も高まっています。パーソナルカラーを使えば、自分の魅力を最大限に引き出すことができます。

▶食 茶系の色は美味しい色



「茶色い料理は美味しい」といわれますが、これは焼いたり炒めたりすれば、肉や野菜が美味しくなるという意味ではありません。オレンジや黄色は食欲が湧くホルモンの分泌を刺激する色ですが、茶色はこれらの色を暗くしたものです。そのため、美味しさを感じられるのです。

▶住 意外とステキな暗い部屋



暗い色は光を反射せずに吸収し、光の陰影を美しく見せてくれます。太陽光があまり差し込まない部屋の壁をあえて暗くすることで、人工照明では得られない光の美しさを感じることができます。谷崎潤一郎が著した随筆「陰翳礼讃」にも通じる日本人特有の美意識といえます。

▶環 ファストフード店は戦略的に色を使用



ファストフード店の店内が茶色やベージュといった、くつろぎを感じさせる色彩に変わってきたのは、これらの店が手っ取り早く食事をする場所から、ゆったりと過ごす場所へと変化してきたためです。滞在時間が長くなることで、客単価のアップも期待できます。

▶美 ピンクが叶える若返り



ピンクが若返りの色といわれる理由は、ピンクが視覚から脳に刺激を与えると、女性ホルモンの一種であるエストロゲンの働きを活性化するため。ピンクの衣服を身に着けたり、ドレスサーや化粧小物に取り入れるのもアイデアのひとつです。

▶医 色の力で患者の不安を解消



医療機関では色使いにおいても不安を与えないことが求められます。たとえば、手すりの色は壁の色とコントラストをつけた視認性の高い色にしたり、冷たさを感じる色も触るのを躊躇させるため、温もりのある色を使います。床の段差も、色を使って分かりやすく示すことができます。

▶心 自律神経と色の深い関係



自律神経は交感神経と副交感神経から構成され、バランスをとりながら働いています。自律神経は色の刺激にも影響を受け、暖色は交感神経を、寒色は副交感神経を活発にします。この作用を知っておくと、心と体を整えるために色の力を活用することができます。

▶学 寒色で集中力アップ



青を中心とする寒色は、視覚から副交感神経に働きかけます。副交感神経には、血圧や心拍数を抑え、緊張を緩める働きがあります。勉強をするには、活発に活動的になる交感神経に働く暖色の方が良さそうに思えますが、ストレスが高まり過ぎて集中力が欠けたり、思考が行き詰まってしまうことも。そのため、勉強する環境には寒色がお勧めです。

LIFE COLOR

becoming a LIFE COLOR STYLIST®

日本カラーマイスター協会は、色を楽しむ数々のプログラムをご用意しており、それらを通して、色を使いこなせる人材を育成します。

仕事やさまざまな社会活動において、色を選んだりつくり出したりすることがあります。ライフカラースタイリスト®は色のプロフェッショナルとして効果的なアドバイスをすることができます。たとえば、デザイナーや建築家がこの資格を持っていれば、さらに説得力のある提案をすることができ、よりいっそう充実した仕事に繋がります。

また、部屋のインテリア、服選びやメイク、料理など、日常生活でも色を選ぶ場面は度々訪れます。色を学び、自信を持って色を選ぶことができるようになれば、暮らしや人生は、より豊かなものへと変化していくことでしょう。

〈認定プログラム〉

1. ライフカラースタイリスト®資格取得コース

色の基本を学び、暮らしや仕事において色を使いこなせるようになる資格取得コース

2. カラーコンシェルジュ資格取得コース

理論に基づいた色の技術を使い、美しさやコミュニケーション力を武器にしたおもてなしを実現する資格取得コース

3. カラーマイスター®資格取得コース

色を使い、プロとして伝えられるようになる資格取得コース



〈その他のプログラム〉

▶カラークラス

毎月テーマが変わる1回完結型のワークショップ付きクラスです。

▶スペシャルコンテンツ

カラートークセミナー、カラーピクニック、カラーキャンプなど、色を体感するさまざまなコンテンツをご用意しています。

▶法人特別プラン人材育成カリキュラム

チーム力と個々のスキル向上を目指し、社内の課題に応じたオリジナルカリキュラムをご用意します。

▶インテリアカラー特別コース

現場や提案、実務において役立つインテリアカラーの知識やテクニックを習得します。

[協会概要]

一般社団法人 日本カラーマイスター協会は、自己の成長やライフスタイルの充実を考えている人々が「色の力」を理解し、それぞれのフィールドで活躍できる人材を育成、創出、普及することを目的として設立しました。2つの事業を通して、ポジティブで豊かな暮らしを送れる社会づくりに貢献します。

アカデミー事業

人材育成 / 検定実施 / 資格発行 / 講座運営 / 商材・テキスト発行
カラーの正しい知識と生活における色の楽しさや重要性を知り、色の知識でコミュニケーションが図れる人材を育成します。

カラーブランディング事業

コンセプトの立案 / カラーイメージの創出
色彩心理効果の活用をベースに、色を使った色彩戦略を提供します。

[代表プロフィール]

秋山千恵美

一般社団法人 日本カラーマイスター協会代表理事
カラー・コミュニケーションデザイナー

色を与えるイメージや効果を活用し、企業や商品の価値を高めるカラーブランディングを主に、一般住宅から企業、店舗まで空間の色や商品の提案、アドバイスに幅広く活動。1962年に発足した色彩を研究・分析する米国カラーマーケティンググループの日本唯一のボードメンバーとして、国内外で活躍。これからの情報社会の時代は、ますます色での伝達が重要となるなか、「色を発想の原点としてきたわたしたちの大きな使命は、一人ひとりがカラフルに活躍できるような、豊かな社会づくりに貢献すること」をモットーに、2018年に一般社団法人日本カラーマイスター協会を設立。

[一般社団法人 日本カラーマイスター協会]

東京都中央区銀座8丁目11番地5号 正金ビル3F
Tel. 03-6274-6712
Web. <https://color-meister.com>
Instagram. @color_meister



「Life Color Stylist (ライフカラースタ일리スト)」登録第 6608259号、「Life Color (ライフカラー)」登録第 6608260号、「Color Meister (カラーマイスター)」登録第 6652578号は、一般社団法人 日本カラーマイスター協会の登録商標です。

