

# 人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名 (団体名) 橋本 佳代子

|                                |  |                |              |
|--------------------------------|--|----------------|--------------|
| プログラム名                         | 『色を知れば、人生が変わる?!』<br>～あなたを活かすカラーパワー「色彩術」～   |                |              |
| プログラムのねらい                      | 色は無意識のうちに、生理的・心理的に働きかける効果を持っています。ほんの少しでも「色」に関する知識を持ち、それを正しく応用するだけで、日常はより楽しく、人生を彩ってくれるようになります。色について知り、自分に活かす。色彩術を知る。  |                |              |
| 講座名・テーマ<br>学習分野等               | 学 習 内 容 等<br>( 具 体 的 に )   | 時間数<br>(分・時間)  | 備 考<br>(備品等) |
| 1. カラー診断                       | 色彩心理の手法を用いたカラー診断で自分の性格や状態を読み解きます。  | 15分            |              |
| 2. 色って何？                       | 色とは何か、色が見える仕組みや、色が持つ効果についての解説。<br>(なぜ色が心身に作用するのが理解しやすくなります。)   | 15分            |              |
| 3. ご依頼のテーマに合わせ色彩効果についてお話いたします。 | <p>★<br/>例)「カラーパワーで第一印象を上げる」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・第一印象の演出術</li> <li>・コミュニケーションカラーはこれ!</li> <li>・いざという時に使える勝負カラー</li> <li>・誠実と信頼を感じさせる色って?</li> <li>・優しさや愛情を感じさせてくれるハッピーカラーを効果的に使おう♡</li> </ul> <p>★「心に効くカラーセラピー」</p> <p>★「色と健康」</p> <p>★「住まいのカラーセラピー 自分をらしく気持ちよく生活空間術」<br/>～色を味方につけて～</p> <p>★「食べ物から色の効果を取り入れよう」<br/>～色を食べて心も体もキレイになる～</p> <p>…など様々なテーマに対応できます。</p> | 30<br>5<br>45分 |              |
| 4. 質問タイム                       | ご質問がございましたら受け付けます。   | 10分            |              |

## 人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名（団体名）橋本 佳代子

|                  |  |                 |              |
|------------------|--|-----------------|--------------|
| プログラム名           | 『色を知れば、人生が変わる?!』～カラーパワーを使ってイキイキライフ～<br>カラー・アート・セラピー体験レッスン  |                 |              |
| プログラムのねらい        | 『色』で表現、『色』を読み解き、『色』に癒され、描いた絵により、心身が解放されていきます。簡単で楽しい方法で自分自身を表現する心地よさを体験する。  |                 |              |
| 講座名・テーマ<br>学習分野等 | 学 習 内 容 等<br>( 具 体 的 に )   | 時間数<br>(分・時間)   | 備 考<br>(備品等) |
| 1 カラー診断          | 色彩心理の手法を用いたカラー診断で、心や身体の状態を読み解きます。  | 15分             |              |
| 2 色を使う<br>絵を描く   | 自分自身の感性とひらめきのままに、自由に色を使い絵を描いていただきます。<br>お題は、「ハートを感じて描く」、「幸せな時」、「子どもの頃」、「自画像」など、その時に合ったものを提示します。そして、描かれた色や絵を読み取り、無意識に表現されているものを解読します。     | 45分<br>～<br>60分 |              |
| 3 ディスカッションタイム    | 自分や他人の絵を見ながら、気付いたことをお話してみましょう。<br>☆色や絵と遊ぶ感覚で難しく考えることなく楽しんで取り組める内容になっています。<br>☆上記の内容の他、色を切り口とした各種セミナー等衣食住の分野で開催できます。<br>ご希望内容についてご相談ください。 | 15分             |              |