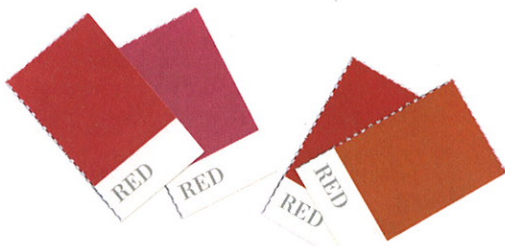


赤色を見ると体温が上がる？  
色のもつメッセージを知ろう！



# 色のしころ様模

カラーコンサルタント  
(有)ラピス代表取締役  
**花岡心みよ**  
1991年カラーアナリストの資格を取得。色彩心理とパーソナルカラーのコンサルティングやカラーセミナー、商品の色彩提案、執筆など多岐に渡り活躍中。ラピス・カラースクール主宰。随時カラーセミナーを開催中。  
<http://www.lapis234.com>

私たちの暮らしには、さまざまな色があふれています。そんな身近な存在である色について、色の持つメッセージやパワーを6回に渡り紹介していきます。今号のテーマは「赤」。

人は「赤」を選ぶ時、どんな心境なのでしょう。

## 見る人のテンションを高める赤のメッセージ。

未知の物を目のあたりにした時、私たちの感情(感覚)を最も左右するのは、「色」だと言われます。色はその波動で、私たちの身体や意識に働きかけ、さまざまな効果や穏やかな変化をもたらします。例えば、スーパードで「大安売り!」「大バゲン」の赤い文字を見て、ついつい衝動買いしてしまった、という経験はないですか？

これは赤の持つメッセージに心が影響されている部分も大きいのです。「赤」は、見る人を興奮させたり、気持ちを高ぶらせる(購買意欲を高める)効果がある色なのです。

## 炎の赤は、活力・エネルギーの色。

それでは、なぜ赤を見ると気持ちが高ぶるのでしょうか。そもそも赤という漢字は「大きく燃える火(炎)」を表わす象形文字が進化したものだと言われています。そのことから赤の与えるイメージには、炎や生命といったエネルギー的なものが

多く、色の持つエネルギーが最も強い色とされています。意識的に赤を取り入れると体内では、脳の視床下部に刺激を与えアドレナリンが分泌されます。すると血液循環が良くなり、血圧や脈拍数が上がり体温も上昇します。また同時に心にも働きかけ、落ち込んだ気分を前向きな気持ちに変えたり、積極的になったり、やる気や勇気を与えてくれるのです。

## ここ一番には、赤の小物で自己アピール。

赤のもうひとつのカラーメッセージは「注目」。人の視線を集める色なので、自己アピールを必要とする場面では、赤を選ぶとよいでしょう。ただし使い過ぎると相手に威圧感や怒りを与えることも。メイクやネイル、アクセサリーなどにアクセントとして使うぐらいが、女性らしく効果的です。お肌の色に合う色相の赤を選んで勇氣をもらいましょう。