

あなたの魅力が溢れ出す
着物選びの方程式



【著作権について】

当電子書籍は著作権法で保護されている著作物です。
使用に関しましては以下の点にご注意ください。

- ・本電子書籍の著作権は作者である加藤咲季にあります。
著作権者の書面による事前許可なく、本レポートの一部、または全部をインターネット上に公開すること、およびオークションサイトなどで転売することを禁じます。
- ・本電子書籍の一部、または全部をあらゆるデータ蓄積手段（印刷物、電子ファイル、ビデオ、DVD、およびその他電子メディアなど）により複製、流用および転載することを禁じます。

【使用許諾契約書】

本契約は、本教材をダウンロードした法人・個人（以下、甲とする）と作者（以下、乙とする）との間で合意した契約です。
本教材を甲が受け取ることにより、甲はこの契約に同意したことになります。

第1条 本契約の目的 乙が著作権を有する本教材に含まれる情報を、本契約に基づき甲が非独占的に使用する権利を承諾するものです。

第2条 禁止事項（第三者への公開の禁止） 本教材に含まれる情報は、著作権法によって保護されています。甲は本教材から得た情報を、乙の書面による事前許可を得ずして出版・講演活動および電子メディアによる配信等により、いかなる第三者にも公開することを禁じます。

第3条 契約の解除 甲が本契約に違反したと乙が判断した場合には、乙は使用許諾契約を解除することができるものとします。

第4条 損害賠償 甲が本契約の第2条に違反した場合、本契約の解除に関わらず、甲は乙に対し、違約金として、違約件数と販売価格を乗じた金額を支払うものとします。

あなたは、着物をどのように選んでいますか？

好きな柄や色
好きなテイスト
似合うもの
価格
素材

などなど…

それぞれ選ぶ”基準”がありますよね。

今回は、『あなたの魅力が溢れ出す着物選びの方程式』というテーマで”あなたに似合う”着物を選ぶ方法をお伝えします。

”似合う”というのは「外見のイメージにマッチしている」ということです。

外見のイメージと装いのイメージが合致していると素敵に見えるんです。逆に、外見のイメージと装いのイメージが異なると、相手に違和感を与えてしまいます。

外見のイメージに合っているものを着ていると、
「自分のことを知っていて、自信のある人」に見えます。

つまり、似合うものを着るということは、あなたの魅力をアップさせ、好印象を与えることにつながるのです。

”似合う”を決めるポイントは3つあります。

- 1、顔
- 2、体（骨格）
- 3、肌（色）

この中で、一番印象を左右するのが「顔」です。

「体（骨格）」は、どちらかという「着付け」に一番影響を与えます。骨格別のおすすめの柄もありますが、どちらかといえば顔を優先させた方が良いでしょう。

（※骨格別の似合う柄についてのPDFは受講生専用サイトに掲載しています）

「肌（色）」は、パーソナルカラーのことです。

パーソナルカラーにも色々と種類があるのですが、最も有名なものが「4シーズンのパーソナルカラー」です。

全ての色を

春：スプリング

夏：サマー

秋：オータム

冬：ウィンター

の四季に分類したものです。

今回はこの、「肌（色）」と「顔」についてのお話をさせていただきます。

目次

著作権について	p1
はじめに	p2
あなたの魅力をアップさせる色	p5
あなたに馴染む色・馴染まない色	p10
あなたの顔立ちに似合う着物	p11
子供タイプor大人タイプ	p12
男性的or女性的	p18
顔タイプ診断	p21
最後に	p22

あなたの魅力をアップさせる色

着物を選ぶ上で、「色」は重要ですよ。

着物は洋服に比べて生地面積が大きいので、色の影響を受けやすいです。

ご自身に似合う色の方向性を理解していると、着物選びが楽しくなりますよ。

ここでは、最も有名な「4シーズンのパーソナルカラー」をご紹介します。



出典：<https://ais-ais.co.jp/sp/cc/apc/apc.html>

春：スプリング（明るくクリアなカラー・元気で明るいイメージ）

夏：サマー（明るくソフトなカラー・優しくフェミニンなイメージ）

秋：オートム（低彩度で落ち着いたカラー・穏やかで落ち着いたイメージ）

冬：ウィンター（はっきりした艶のあるカラー・クリアでシャープなイメージ）

スプリングとオータムが、全体的に黄色みをおびた「イエローベース」と呼ばれる色です。

サマーとウィンターは、全体的に青みをおびた「ブルーベース」となります。

それでは、4シーズンのカラータイプをセルフチェックしてみましょう。

<<セルフチェック方法>>

- ・強すぎない自然光が入る明るい室内で行います。
できれば曇りの日や、北向のお部屋で、電気をつけてやると良いです。
- ・ノーメイクで診断します。
- ・次ページ以降の、ピンク色4色を順に顔の頬に当ててみます。
(このPDFをプリントしていただくと当てやすくなります)
- ・鏡で自分の肌と馴染むピンク色を探してみましょう。
- ・ピンクだけでよくわからない方は、その後のブルーやパープルでも試してみてください。
- ・一人ではよくわからない場合は、客観的に意見をくれるお友達やご家族とチェックしてみてくださいね。

Spring

コーラルピンク

Autumn

サーモンピンク

 Pink

Summer

ローズピンク

Winter

ショッキングピンク

出典 : <https://eclatcolour.com/971>

Spring

ターコイズブルー

Autumn

ダックブルー



Blue

Summer

スカイブルー

Winter

ロイヤルブルー

出典 : <https://eclatcolour.com/971>

Spring
パンジー

Autumn
グレープ

 Purple

Summer
オーキッド

Winter
ロイヤルパープル

出典 : <https://eclatcolour.com/971>

あなたに馴染む色・馴染まない色

いかがでしたか？

わかりやすく反応が出た人は、以下のような現象が起きたことと思います。

	似合う色	似合わない色
肌	肌に透明感が出て綺麗	くすんで見える
シミ・シワ・クマ	目立たなくなる	目立つ
目元	光が入り、キラキラ輝く	暗くなる
顔立ち	スッキリ小顔に見える	膨張してモッタリする
全体的な印象	若々しく自信があるように魅力的に見える	老けて見える

似合う色を着るだけで、これだけの差が出るのです。

驚きですね。

とはいえ、肌質や肌の厚みによって、差が出やすい人と出にくい人がいます。

自分以外の人から見てもらってもよくわからないという方は、差が出にくい人と言えますね。

その場合は、単純に自分の肌の色や目の色で分類してみましょう。

肌がオークル系（黄み）ならイエローベースの色が似合い
ピンク系ならブルーベースの色が似合います。

眼が明るいから明るい色が似合う、眼が暗いから暗い色が似合う、
というように、色素に似ている色が似合う色です。

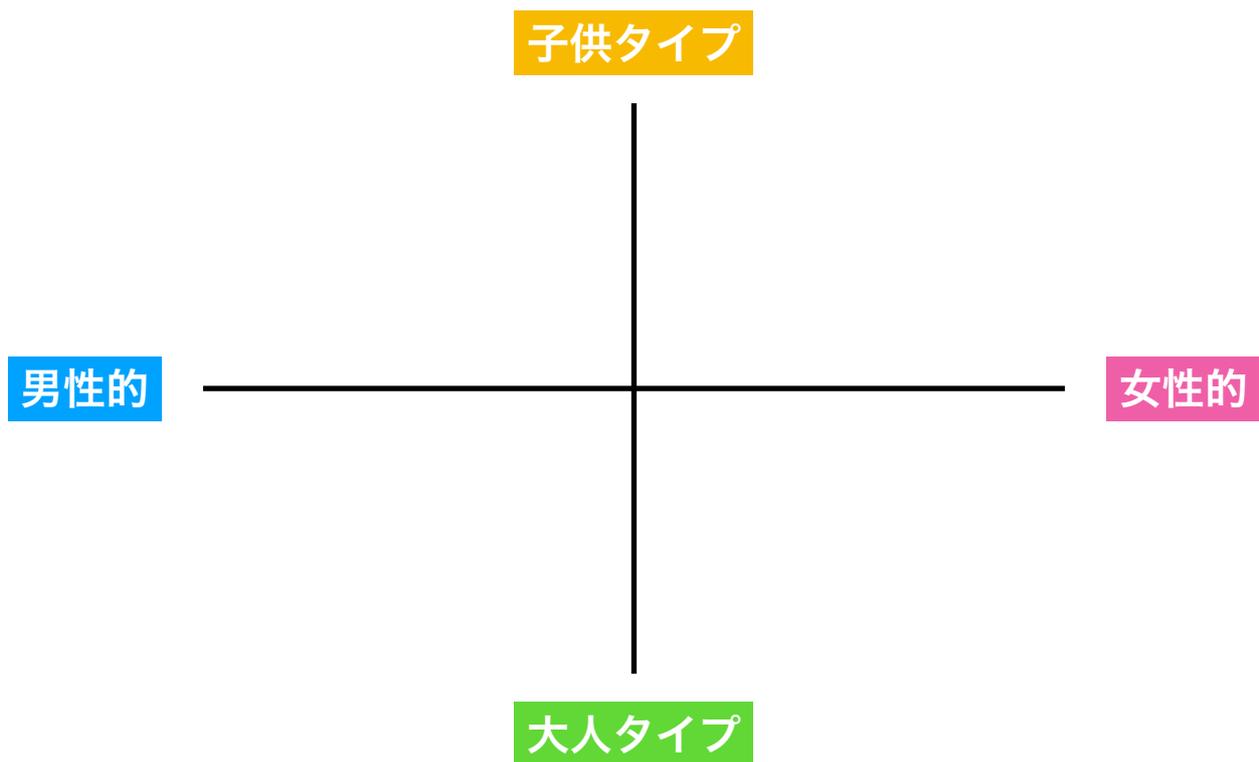
あなたの顔立ちに似合う着物

あなたに”似合う”を見つけるために最も重要なのが、「顔立ち」です。顔立ちによって柄、素材、着こなし、髪型など、様々な”似合う”が見つかりますよ。

顔立ちは、以下の方向性から判断していきます。

- ・大人っぽいか、子供っぽいか
- ・男性的か、女性的か

以下の表で、ご自身がどのあたりにいるのかで、似合う柄が変わります。



それでは、それぞれのタイプの特徴をお伝えしていきますので、あなたがどのタイプに近いのか鏡を見ながらチェックしてみてください。

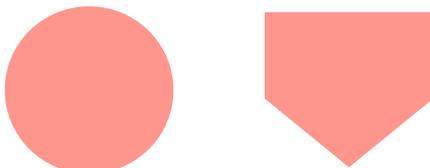
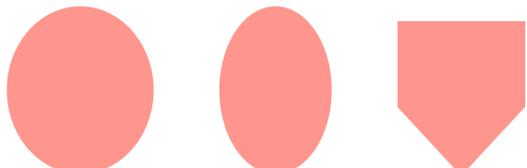
いつものメイクをした状態でチェックしてみてくださいね。

子供タイプ or 大人タイプ

「年齢的に、こんなポップな柄は似合わない」
よく、こんな声を耳にします。

でも、顔立ちに年齢は関係ありません。
70代でもポップなイラストのような柄が似合う人もいます。

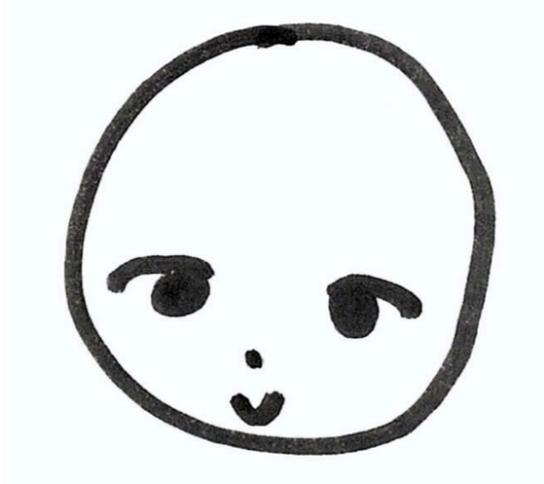
実年齢という色眼鏡をかけず、自分がどちらに属するのかをしてみてくださいね。

	子供	大人
顔型	丸顔、横長のベース型 	卵形、面長、縦長のベース型 
パーツの縦の比率	顔の下側にパーツが寄っている ・おでこが広い ・目や鼻の位置が下側 ・あごが短い	顔の上側にパーツが寄る ・おでこが狭い ・目や鼻の位置が上側 ・あごが長い
パーツの配置	パーツが中心から離れている ・目や眉が離れている ・鼻根が低い ・（たれ目）	パーツが内側に寄っている ・目や眉が寄っている ・鼻根が高い ・（つり目）
パーツの大きさ	小さい ・目・鼻・口・眉毛（短い）	大きい ・目・鼻・口・眉毛（長い）

ものすごく簡単に描くと、こんな感じです。

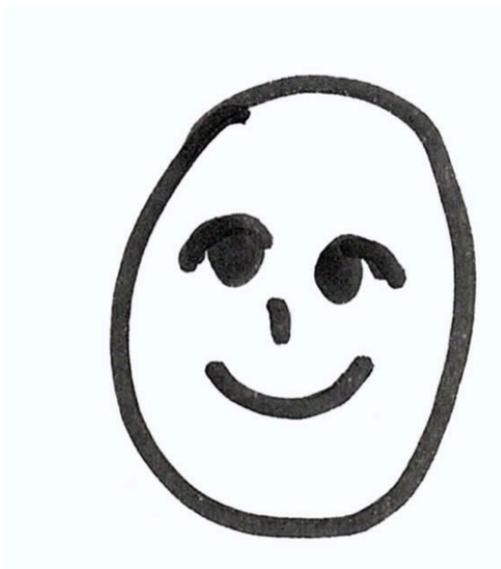
下手な絵でも、特徴はなんとなくわかります…よね？

子供タイプ



- ・丸顔
- ・顔のパーツが離れてて下の方にある
- ・パーツは全体的に小さめ
- ・子供というより赤ちゃんみたい

大人タイプ



- ・面長
- ・顔のパーツが寄っていて上の方にある
- ・パーツは全体的に大きめ

子供タイプ、大人タイプは結構単純で、

周りから「可愛いね」と言われたり実年齢より若くみられがちな人は子供タイプです。

周りから「綺麗だね」と言われたり実年齢より上にみられる人は大人タイプです。

子供タイプに似合うもの

お顔立ちが子供タイプの方は、ナチュラルな装いが似合います。
フォーマルというよりは、カジュアルが似合う印象ですね。
改まった装いをするようなシーンでも、柄などで明るい要素を取り入れることで、お顔と装いのバランスが取れます。

■着物の種類・柄・素材

カジュアル系の本綿や紬などが似合います。
光沢やツヤのない、ナチュラル系の素材がお顔にマッチします。
染めの着物でも、ツヤツヤの絹とかではなく、洗える着物やちりめんなどのほんわかした雰囲気のあるものの方が良いでしょう。
柄は、デザイン化されたもの。つまり、イラストのようなものが似合います。

■帯

半幅帯でアレンジをするのがよく似合います。

■和装小物

帯揚げ：マットな質感で、単色のものが似合います。グラデーションは大人っぽいアイテムなので避けたほうが◎。

帯締め：丸くけがよく似合います。こちらも単色の方が◎。

■羽織り

短めの丈感が似合います。
コートも丈の長いものよりもポンチョなど可愛らしいものの方が良いでしょう。
ファーは、本物よりもフェイクの方が似合います。

■半衿・足袋

色もの、柄もの、綿レースが似合います。

■髪型

ショート、お団子、シニヨン

※後頭部は盛らずに、上か下にポイントを持ってきましょう

子供タイプ柄例



大人タイプに似合うもの

お顔立ちが大人タイプの方は、大人っぽくきれい目の装いが似合います。
訪問着などのフォーマル着物がよく似合います。
カジュアル着物の時もきれい目の要素を残すことでお顔とのバランスが取れます。

■着物の種類・柄・素材

きれい目のフォーマル着物が似合います。
光沢やツヤのある綸子の生地や、カジュアルなら大島紬やお召しなどが○。
柄は、写実的なものが似合います。

■帯

お太鼓で潔く決めるのが似合います。

■和装小物

帯揚げ：光沢のある質感や、ぼかしのあるデザインがよく似合います。
帯締め：平組が○。こちらもぼかしがある方が良いでしょう。

■羽織り

長めの丈感が似合います。
コートも丈の長いものが○。
ファーは本物が似合います。

■半衿・足袋

白の無地が似合います。

■髪型

タイトなアップ、夜会巻きなど
※後頭部を盛ると大人っぽさが出て似合います。前髪はななめ分けが○。

大人タイプ柄例



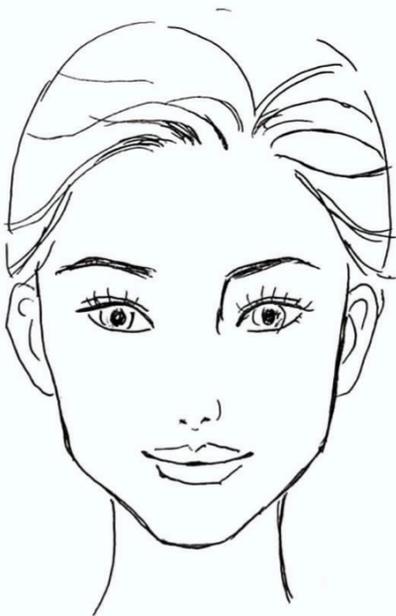
男性的 or 女性的

今の時代に男性、女性と表現するのは適切ではないかもしれませんが、イメージしやすいかと思しますので、便宜上使わせていただきます。

男性的な顔立ちというのは、“直線”が目立つ顔立ちです。

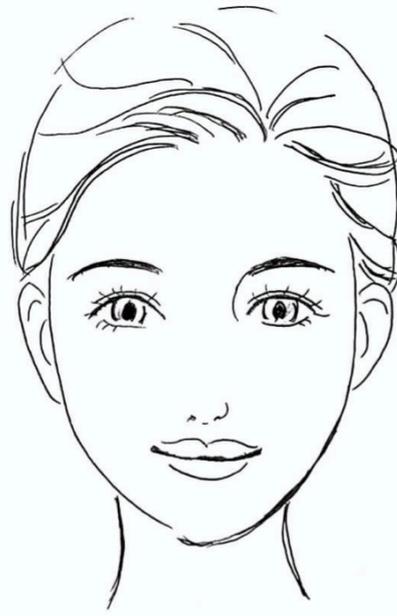
女性的な顔立ちは、“曲線”が目立ちます。

男性タイプ



- 骨を感じる
- 頬に丸みを感じない
- おでこが平面的
- 鼻筋が通っている
- 鼻に肉感がない
- 目が細い
- 目がキリッと強い
- 眉が直線的で濃い
- 唇が薄い

女性タイプ



- 骨を感じない
- 頬に丸みがある
- おでこに丸みがある
- 鼻が丸い
- 鼻に骨を感じない
- 目が丸い
- 目がふんわり柔らかい
- 眉が曲線的もしくは薄い
- 唇が厚い

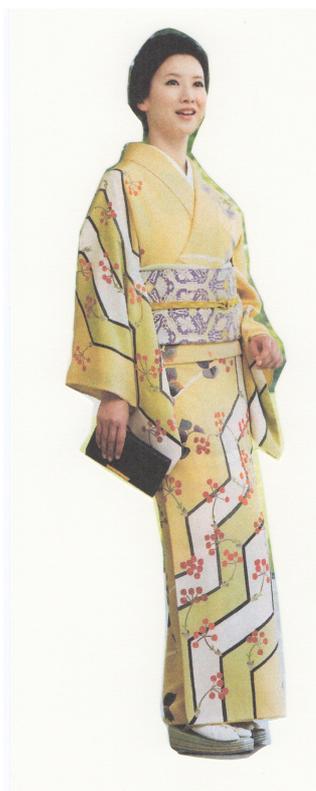
男性タイプに似合うもの

- ・ 直線的な柄
- ・ 素材感は、ハリがある、目の詰まったものが似合いやすい
(デニム生地 of 着物なんかも似合います)
- ・ 髪型は、直線的なデザインか面を生かしたスタイルが似合う

↓ 大人 + 男性タイプ



↓ 子供 + 男性タイプ



女性タイプに似合うもの

- ・ 曲線的な柄
- ・ 素材感は、ツヤのある柔らかいものが似合いやすい
- ・ シンプルすぎると寂しい印象に
- ・ 髪型は、曲線的なデザインか丸みのあるスタイルが似合う

↓大人+女性タイプ



↓子供+女性タイプ



顔タイプ診断

男性的、女性的の判断に関しては、実際には中間の人が多いかと思います。17ページのチェックでも、両方にチェックがついた方も多いのではないのでしょうか。

中間の中でも、男性的な方のチェックが多ければ直線を意識したコーデに。女性的な方のチェックが多ければ、曲線を意識したコーデにすると良いでしょう。

今回ご紹介した、「子供、大人、男性、女性」の方向性から、顔のタイプを8つに分けたものが『顔タイプ診断』と呼ばれる診断法になります。

- ・キュート
- ・フレッシュ
- ・フェミニン
- ・クール
- ・アクティブキュート
- ・クールカジュアル
- ・ソフトエレガント
- ・エレガント

ちなみに私は「エレガントタイプ」です。

大人タイプで、男性要素も女性要素もある顔立ちで、顔のパーツが大きめです。（本当はそんなに大きくないのですが、メイクで大きく見せてます）

小さい柄より大きい柄、マットな質感よりツヤや光沢のある質感、シンプルより華やか、イラストより写実的な柄・・・
こういったものが似合います。

ネットでセルフ診断できるサイトもいくつかありますので、よければ検索してみてくださいね。

最後に

いかがでしたか？

あなたに似合う色、お顔立ちに似合う柄や質感などが
見つかりましたでしょうか？

「どのタイプかは分かったけど、どんなのが良いかもっと知りたい！」
という方は、ぜひSOKの中で咲季に直接聞いてみてくださいね。

あなたに”似合う”を理解して、魅力をアップさせるコーデを目指しましょう！