

Vol.18

〒659-0067 兵庫県芦屋市茶屋之町3-19-201 Tel: 090-2285-0766  
HP: <https://apthera.or.jp/> Mail: [contact@apthera.or.jp](mailto:contact@apthera.or.jp)

忘年会、クリスマスイベント、お正月等々外出の機会も多くなります。  
恒例の大阪御堂筋の银杏イルミネーションも綺麗ですね。  
みなさんはお健やかに過ごしていらっしゃいますか？

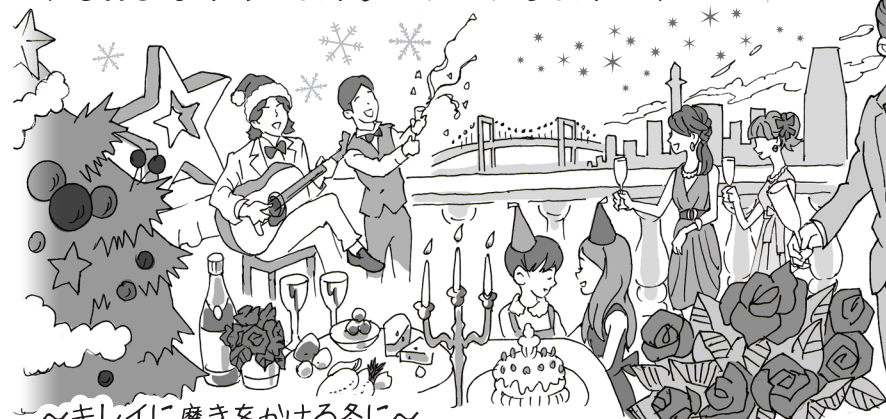


この1月で協会は7年目に入ります。  
また6年前はパシフィコ横浜でTWBCと言うタカラベルモント様主催のイベントが開催され、  
協会からハンドマッサージ出展をさせていただきました。  
関西支部のみなさんには、本当に遠い横浜までよく集まってくれたと懐かしく思い出されます。

このニュースレターの支援でもお世話になっている社会貢献活動サポートの  
タカラ杉山社会福祉会様理事長は、タカラベルモント(株)吉川社長です。

以降、新しく集まってくださった会員のみなさんにも  
そんな経歴を知っていただきたいなと思いました。  
みなさんのご支援の元でこのアピアランスセラピー協会が  
活動出来ている事に心より感謝申し上げます。

早く以前のようなメイクボランティアが出来るように  
なって欲しいと首をながく待っているのは、  
メンバー全員の思いですね。  
タカラ杉山福祉会様からメイクパレットのプレゼントが  
頂けるお話しがあります。ワクワクしますね♡



～キレイに磨きをかける冬に～  
見た目の印象を高める「透明感のある艶」を目指しましょう。  
・バージョンアップした炭酸泡マスク「アスリープ」で、寝ている間に美肌UP  
・顔と頭皮に塗る美容液「プレサート ギアセラ」で、肌をめぐらせる習慣を

2023年も美と健康で明るい社会を創りましょう！  
一般社団法人 日本アピアランスセラピー協会 代表理事 **みきしほ**



イラスト: 月与志 <http://tsuyoshi-jp.com>

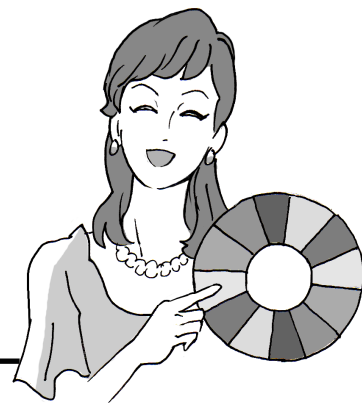
一般財団法人タカラ杉山社会福祉会協賛

一般社団法人 日本アピアランスセラピー協会  
～美容を通じて心を元気にし、共に明るい社会を創ります～

# あかまつともこ

TCカラーセラピスト

一般社団法人日本アピアランスセラピー協会関西支部所属  
カラーセラピー専任講師



12月の街は赤と緑の飾りで華やいていますね！  
・・と言うと思えば何でしょう？  
そう、クリスマスですね☆

「クリスマス」と書いていなくても赤と緑だけでリースやツリーが浮かびませんか？  
こんな風に色は様々な連想を引き起こします。

イベントだけでなく、例えばオレンジ色を見ると故郷の夕陽を思い出して懐かしい、といったような個人的な感情も引き起こしたりします。

これは色が潜在意識にアプローチできるからなんです。  
『自分では気づいていなかった感情や本心を色が教えてくれる。そうだったのか！と自分で気づくことですっきりする。』  
これがカラーセラピーです。

「最近よく同じ色のものを買ってしまう」  
「なぜか同じ色が目につく」  
皆さまは、こんな体験はありませんか？  
これは、色があなたにメッセージを送っているんです。

なぜその色を選んだのかな？と自分と会話してみてくださいね。  
意外な気持ちがわかるかも。

さて、最後に皆さまにクリスマスプレゼント☆  
クリスマスカラーでプチカラーセラピーです。  
クリスマスのデコレーションを見て、レッドとグリーン  
のどちらが気になりますか？  
ピンときた色を浮かべてみてくださいね。

## レッドが気になったあなたへ

仕事、趣味、遊び、やりたいことがいっぱいやる気満々かもしれません。  
赤く燃える炎のように情熱が溢れているのかも。  
新年に向けて前向きに進んでくださいね！

もし、レッドを見てネガティブな感じがしたら、やる気が空回りして身体も疲れているのかもしれません。  
ひと休みする決断も大切です。心身を休めて、新しい年を元気に迎えましょう。

## グリーンが気になったあなたへ

グリーンは自然の中にあふれる色。今のあなたは穏やかで安心できる場所に惹かれているのかもしれませんが。  
ゆったりした気持ちになれる所で過ごしてみてください。  
もし、グリーンを見てリラックスできないようでしたら自分を誰かと比べて苦しいのかもしれません。  
あなたはそのまま大丈夫。自分にOKを出してあげてくださいね。  
きっと来年は成長したあなたに出会えますよ。

\*赤と緑の色の意味はこれが全てではありません。

皆さま、良い年末年始をお過ごしくださいね♪

一般財団法人タカラ杉山社会福祉会協賛

一般社団法人 日本アピアランスセラピー協会  
～美容を通じて心を元気にし、共に明かるい社会を創ります～