

パーソナルカラーで魅力アップ！

～新年は新たな私でスタート！～

新年は自分自身を見つめ直す良い機会ですね。パーソナルカラーは持って生まれた自身の色素(眼・肌・髪)の色味や質感になじみ、つながる色で、あなたの魅力を引き出し際立たせてくれる色です。

パーソナルカラーについて学ぶことで、自身に対する思い込みもとけるかもしれません。

色に対するブロックが外れると、世界は広がります。

色の効果を知ってフレッシュでワクワクする新年をスタートさせましょう！

講師： カラーリスト たなか ななこ 田中 菜々子 さん

日時： 2024年1月7日(日)、14日(日)、28日(日)
10時30分～12時00分(全3回)

回	日程	内容
1	1月7日 (日) 10時30分 ～12時	(第1回) 色を知る (パーソナルカラーとは?) 色彩について学びます。 似合う色を理解し、使っていくために必要な「色の基本」について学びます。 また色の持つ力、影響力についてもお伝えします。
2	1月14日 (日) 10時30分 ～12時	(第2回) 自分を知る (パーソナルカラーを決める基準とは?) 自分の色素を客観的に見てみます。 眼・肌・髪を観察し他者と比較することで、自身の色素傾向を探っていきます。
3	1月28日 (日) 10時30分 ～12時	(第3回) 色を使う (パーソナルカラーの取り入れ方) 各タイプ別の色の取り入れ方のポイント アクセサリーや小物の取り入れ方など、 色を自由楽しく使うためのヒントをお伝えします。



【講師紹介】 田中 菜々子 さん

東京都杉並区出身。現在品川区在住。日本カラーコーディネーター協会認定講師。AFT1級カラーコーディネーター。UC(ユニバーサルカラー)アドバイザー。パーソナルカラーをはじめとして、衣食住に関わる色の効果的な使い方や楽しさを、専門学校、カルチャー講座、企業研修などで伝えている。また色を活かしたアクセサリーデザインやフラワークラフトの教室を主宰。

- 【受講対象者】 16 歳以上
- 【定 員】 30 名 (申込み多数の場合は抽選、三鷹市民優先)
- 【受 講 料】 3,500 円 (全 3 回) ※各回の申込みは不可
- 【会 場】 元気創造プラザ 4 階生涯学習センター ホール
- 【持 ち 物】 筆記用具、手鏡



講座申込システム
QR コード

申込方法：講座申込システム または 往復はがき

◆講座申込システム 受講料のお支払い方法：オンラインでクレジット決済 (ご来館不要) または 窓口にご来館
<https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>

◆往復はがき 受講料のお支払い方法：窓口にご来館のみ
往信用裏面に講座名、住所、氏名 (ふりがな)、年齢、電話番号、講座情報を得た媒体返信用はがきに宛先 (住所・氏名) をご記入の上、
〒181-0004 三鷹市新川 6 - 3 7 - 1 元気創造プラザ 4 階 三鷹市生涯学習センターまで

- 【申込期間】 11 月 1 日 (水) ~ 12 月 4 日 (月) 必着
- 【結果通知】 12 月 9 日 (土)
- 【支払期間】 当選結果のご連絡から 12 月 24 日 (日) まで

*事前のお支払いが必要です。*講座申込システムでお申込みの場合、ご来館の必要のないクレジットカード決済 (利用可能カード Visa、MasterCard、American Express、JCB) もご利用いただけます。

【交通案内】



◆路線バス (小田急バス・京王バス)
三鷹駅・吉祥寺駅・調布駅・武蔵境駅・仙川駅からバス停「三鷹市役所前」または、「三鷹農協前」下車徒歩 5 分

◆みたかシティバス
北野ルート、新川・中原ルートで、バス停「三鷹中央防災公園・元気創造プラザ (市役所東)」下車すぐ

<主催> 公益財団法人三鷹市スポーツと文化財団
 <申込み・問い合わせ先> 三鷹市生涯学習センター
 〒181-0004 三鷹市新川 6 - 3 7 - 1 元気創造プラザ 4 階
 TEL : 0422-49-2521 X : @ShogaiMitaka X QR コード
 メールアドレス : shogaigakushu@mitaka-sportsandculture.or.jp

