

令和4年度公開リレー講座

「公開リレー講座」では、子ども・子育て支援研究センターの運営委員を務める教員たちが、それぞれの専門分野を生かして、子育てに関するさまざまな知識の提供をしている。

この公開リレー講座は、「〇〇について理解を深めるきっかけとなった」、「具体的な質問に答えてもらうことができ、悩みが解消した」など、保護者からも高い評価を受けている。

令和4年度は、以下の5回の講座を実施した。

第1回 「夏の簡単♪ママのお洋服選び」

高橋佑子

第2回 「子どもの食事、どうしたらいい？」

江坂美佐子

第3回 「親子で遊ぼう」 金子忍・合原晶子

第4回 「音で遊ぼう！楽器で遊ぼう！」

和田玲子

第5回 「心をはぐくむ絵本のお話」

末次絵里子

(文責：保育学科 末次 絵里子)



第1回 公開講座 「夏の簡単♪ママのお洋服選び」

2022年7月6日（金）、第1回公開講座「夏の簡単♪ママのお洋服選び」を実施しました。当日は、5組の親子さんが参加され、パーソナルカラー（似合う色）を取り入れたファッションについてお話ししました。内容は以下の通りです。

- ・パーソナルカラーについての説明
- ・色素の違いについて（ブルーベース、イエローベース）
- ・4つの似合う色のグループに分類される人と色みの特徴について
- ・パーソナルカラー（似合う色）診断の実施
- ・個別ファッションアドバイス
- ・個別スキンケア、メイクアップアドバイス



写真1 パーソナルカラー診断

例えば同じ赤の中でも様々な濃さや明るさ、鮮やかさを持ち、どの赤が自分を健康的に元気に生き生きと見せてくれるのかを知ることはとても大切なことです。似合う色は色素をもとに分析している為、加齢とともに肌の色は少しずつ変化しますが、基本的には一生変わることはありません。

子育てで忙しい中、自分のことを考える時間はなかなか取れませんが、シンプルなTシャツ一枚でも似合う色を着ることで元気が出てきます。特に子供が好むといわれる「アンパンマンカラー」の黄色やオレンジ、赤などの暖色系の色相ではぜひ自分に合う色を見つけて、お子さんとのコミュニケーションツールとしても活用して下さい。とお話ししました。



【参加者の感想】

- ・子どものことから少し離れて自分のことについて考えられる貴重な時間でした。洋服選びやメイクが楽しみになりました。
- ・これまで聞いたことはあっても、自分がどのタ

イプか調べたことがなかったので、とてもためになりました。服選び、お化粧品選びの参考にさせていただきます。

- ・自分の似合うタイプが分かって良かった。なかなか専門家の人の話を聞くことがないので良い機会となった。

参加者の皆さんはパーソナルカラーについて耳にしたことはあるが、詳しい理論や診断などを知る機会がこれまでなかったようでした。育児中のお母さん達にとってなかなか目を向けることができないファッションについて考えてもらえる良い機会だったと思っています。次回はもう少し個別アドバイスができればもっと喜ばれると思いました。今後も同様の子育て中のお母さんへの支援を継続していきたいと考えています。

(文責：高橋 佑子)