

# カラーセラピーとは、色で心を癒すメンタルケア 美容室やネイルサロン、介護施設や病院など インテリアやファッションなどのコーディネーター 多方面の需要があり、ロングセラーで重版出来!

「こころパレット」で、本当のワタシが見える! 人生を彩る!

自分でできる

## カラーセラピー ワークブック

“色はこころの言葉”  
自分だけの「色事典」を作ろう!

「こころパレット」とは、特定の感情、物事、人物などに対するイメージを色で表現し、分析できるオリジナルワーク。色の基礎知識を学び、ワークと分析であなたの本当の「喜び」や「悲しみ」を知れば、ビジネス、恋愛、対人関係もうまくいくでしょう。

### CONTENTS

- 第1章 自分の「気持ち」を知る  
心と気持ち/日本は「気持ち」重視/ 本当の自分に出会うには? / 自分らしさを見つけよう!
- 第2章 カラーセラピー入門  
カラーセラピーとは? / 色とは何か? / あなたのラッキーカラーを見つけよう!
- 第3章 「こころパレット」で自己探求  
色からのメッセージ/「こころパレット」を作ろう! / 「こころパレット」で簡単セルフセラピー
- 第4章 こころが元気になるワーク ●付録WORK こころパレット (体験版) ...etc



著者 ◎ 高澤優喜子 (Takazawa Yukiko)

カラーセラピスト。認定心理士。(一社)ドローイングセラピー協会認定・ぬりえカラーセラピーインストラクター。2009年に「アトリエ ラポール倶楽部」を開業し、多くのセラピストを育成。メディア出演多数。教育関係機関からの依頼で講演も行なっている。

■著者：高澤優喜子 ■判型：B5判 ■頁数：80頁(カラー40頁) ■本体1,200円+税

株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL 03-3469-0135

【書店様向けホームページ】 <http://www.bab.co.jp/shop.html>

FAX での注文はこちらへ 0120-190-162 (書店様 FAX 用注文専用フリーダイヤル)

E-mail での注文はこちらへ [shoten@bab.co.jp](mailto:shoten@bab.co.jp) (書店様注文専用メールアドレス)

☆重版、新刊、パブ etc. 弊社の出版情報をご希望の方も上記アドレスへご連絡ください(空メールでOK!)

既 刊 店 申 込 書	注	書籍名	自分でできる カラーセラピーワークブック		第2刷 重版出来
	文	注文数	■著者：高澤優喜子 ■判型：B5判 ■頁数：80頁(カラー40頁) ■本体1,200円+税		
	扱	冊	ISBN978-4-8142-0152-5 C2077 ¥1200E		
合	い	発行	株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚 1-30-11 4・5F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162		