

人気サロンのスタイリスト3人に聞く！ 2026年春のおすすめカラー＆トレンド予測

Feb 26.2026

毎年、新しいトレンドが生まれ続ける美容の世界。ヘアカラーの流れも、時代やライフスタイルの変化とともにアップデートされています。そこで今回は、人気サロンで活躍する美容師3人が、2026年春におすすめするカラーデザインを紹介。あわせて、そのカラーに注目する理由や提案のポイントなど、「春のカラートレンド予測」についても伺いました。

ハイトーンを長く楽しむ春カラー。色落ちまで美しいペールピンクに注目——macaroni coast 綿引海人さん



■ レシピ

【ベース】	ブリーチ120 1剤：2剤＝1：2（OX6%） ※18Lvまでリフトアップ
【オンカラー】	12PINK：12GRAY＝10：1 上記にCLEAR PINKを20%組み合わせ 1剤：2剤＝1：2（OX2.8%）

すべて「アジアンカラー　FES」（医薬部外品）
※比率は組み合わせ比　※1剤：2剤は混合比

■ おすすめカラー｜色落ちや残留にまで配慮したペールピンク。柔らかさと透明感を両立する春のハイトーン

この春におすすめしたいのは、ハイトーンベースに淡い色みを重ねたペールピンクカラー。ほんのりくすみを加えることで柔らかさを演出しつつ、色落ちの過程で自然なベージュへと移行するよう計算しました。ピンクの色は１週間から10日ほどで徐々に薄まり、きれいなベージュに落ち着きます。

12PINKと12GRAYを組み合わせ、濁りのないペールトーンをベースに、GRAYでほんのりとしたくすみをプラス。さらにCLEAR PINKを組み合わせて淡く調整することで、ダメージに配慮しつつ、肌なじみ

のよい柔らかな発色に仕上げています。CLEAR PINKを使うことで残留を抑えられる設計もポイントです。赤みが出にくいので、次回来店時もカラーの選択肢が狭まりません。

ペールピンクは、カラー初心者の方や、普段ベージュを選ばれる方にも提案しやすいカラー。今回は毛先をプツッとカットしてから巻くことで、ブリーチ毛でもダメージ感を抑え、柔らかな雰囲気を演出しました。顔まわりにレイヤーを入れたミディアムやロングとも好相性です。

■ トレンド予測｜ベースを崩さずに色を楽しむ。次回のカラーまで楽しめるような提案が鍵に

処理剤の進化や施術工程の工夫によって、以前よりダメージを抑えたブリーチ施術が可能になり、社会全体の髪色への考え方も自由になってきました。このようにブリーチへのハードルが下がるなか、「ハイトーンをいかに長く楽しむか」という視点が、より重要になってきていると感じます。

また「ハイトーンでも髪をきれいに保ちたい」「ベースを崩さずにカラーを楽しみたい」というニーズも、年々高まっていますね。そのため2026年春に向けては、何度もブリーチを繰り返すのではなく、1回のブリーチベースを大切にしながら、色みを重ねて楽しむ提案が大事になりそうです。

冬は深みのある色や彩度の高い色が人気でしたが、春に向けてはファッションの軽やかさに合わせ、より透明感のある淡色へシフトしていくと予測。今後は、施術直後の仕上がりだけでなく、色落ちの過程や次の色も見据えて楽しめるような提案が、ますます求められていくと考えています。

Profile



綿引海人　Kaito Watahiki

Macaroni coastスタイリスト/Manager

東京都出身。日本美容専門学校を卒業後、2012年にmacaroni coastに入社。透明感のあるカラーやブリーチで作るペールトーンカラーが人気で、ニュアンスパーマのオーダーも多く、簡単に決まるナチュラルでおしゃれなスタイルが得意。

Instagram：@kaitowatahiki

派手すぎないのに今っぽい。柔らかさと透明感を叶える春のブラウンベージュ――volero hair&life salon 深山さゆりさん



■ レシピ

【ベース】	10～11Lv	
■新生部	6GRAY：6NATURAL＝1：1 上記にconc.GRAYを20%組み合わせ 1剤：2剤＝1：1（OX4.4%） （OX6%：2.8%＝1：1）	4.4%
■既染部	8GRAY：8NATURAL＝1：1 上記にconc.GRAYを10%組み合わせ 1剤：2剤＝1：1（OX2.8%）	

すべて「アジアンカラー　FES」（医薬部外品）
※比率は組み合わせ比　※1剤：2剤は混合比

■ おすすめカラー｜落ち着いたトーンでも軽やかに。柔らかさと透明感を両立するブラウンベージュ

おすすめしたいのは、明るすぎず暗すぎない、柔らかなトーンのブラウンベージュカラー。ブラウンベージュを主体に、光の加減でほんのり寒色を感じる、透明感のある仕上がりです。ワンカラーで時間やコストを抑えられることも強みで、提案しやすいカラーです。

今回はGRAYとNATURALでクールさと柔らかさを表現しつつ、よりグレイ感を出すために、conc.GRAYを組み合わせました。conc.GRAYは、少量でもグレイのニュアンスをしっかりと感じさせてくれるのが特徴です。入れすぎると重く見えやすいため、オレンジ味を抑えてくれるアクセントとして使用しています。

根元は赤みが出やすいためしっかりと色みを入れ、もともと明るさのある毛先にはconc.GRAYを控えめにすることで、全体のトーンバランスを調整。あくまでブラウンベースを軸に、柔らかくくすませるイメージで仕上げています。

■ トレンド予測｜髪色に制限があっても楽しめる。寒色寄りのベージュ・グレーベースが春の主役に

春は卒業や入学、就職などライフイベントが多い季節です。明るくしたい人が増える一方、voleroでは「落ち着いた印象にしたいけれど、重たく見えるのは避けたい」といった相談も少なくありません。明るくしすぎず、暗くしすぎないというニーズに応える形で、髪色に制限がある方でも楽しめる、柔らかく透明感のあるカラーへの注目が高まっています。

また、最近はオリーブ系のニュアンスを取り入れたカラーを選ばれる方が増えています。特に人気なのが、ベージュやグレージュをベースに、ほんのりオリーブを取り入れた色設計。ここ数年は赤みを抑えたオリーブ寄りのベージュ・グレージュへと人気がシフトしており、この流れは春以降も続くと予測しています。

こうした落ち着いたカラーは、職種やシーンを選ばないので、初めてカラーをする方にもおすすめ。モノトーンなどシンプルなファッションとも相性抜群です。肌が明るくきれいに見えると感じる方も多く、自然なトーンアップ効果が期待できるのもポイントです。

Profile



深山さゆり　Sayuri Fukayama
volero hair&life salonスタイリスト

富山県出身。富山県理容美容専門学校を卒業後、2018年にVoleroに入社。透明感のあるカラーや、デザインカラーが人気。お客様が笑顔になってくださるデザインづくりを心がけている。

Instagram：@sayu1223_ex

柔らかさとツヤを両立する春の新定番。透明感を引き出すダスティローズに注目——EAST HAM head shop 柳橋 Haruさん



■ レシピ

【Before】	13Lv　ハイライトの歴あり
■新生部	10ライラック：10チャコール：6ライラック＝2：2：1 1剤：2剤＝1：1（OX6%）
■既染部	10ライラック：10チャコール：6ライラック＝1：1：1 1剤：2剤＝1：1（OX2.8%）

すべて「カラーストーリー　アドミオ」（医薬部外品）
※比率は組み合わせ比　※1剤：2剤は混合比

■ おすすめカラー｜ツヤとくすみを両立。パーソナルカラーを問わず挑戦しやすいダスティローズ

今季ぜひ提案したいのが、大人かわいい雰囲気を引き立ててくれる「ダスティローズ」。ツヤ感がありながら、柔らかさやくすみも両立できる、春らしいニュアンスカラーです。

今回のモデルさんは、Beforeの状態が細かいハイライトが入った明るめの髪色。その明るさを生かしながら、柔らかさを残しつつ、色みもしっかり感じられるダスティローズに仕上げました。派手すぎず、

それでいて印象に残る、ほどよい存在感が魅力です。

レシピは、ライラックとチャコールを組み合わせ、ローズのツヤ感と柔らかなくすみ感を両立。黄色みが出やすい既染部も6ライラックの比率を高めて調整し、色落ち後もきれいに見えるよう仕上げました。チャコールは、くすみと柔らかさをプラスする意味で組み合わせています。

ダスティローズは、イエベ・ブルベ問わずフィットしやすいのも魅力。暖色・寒色どちらが好きな方にもチャレンジしやすく、トーン設定によって季節や好みに合わせた幅広いアレンジが可能です。

■ トレンド予測｜柔らかく華やか、でもくすみ感も。春ファッションとリンクする透け感カラー

春は、柔らかさや華やかさを感じるヘアカラーが人気になる季節。定番のカプチーノブラウンやオリーブグレージュは、今年も引き続きおすすめです。秋冬よりも軽やかで、少し華やかさのあるカラーを求める方が増えるなか、加えて今季は“くすみや抜け感のある色み”がより注目されそうです。

例えば今年の春夏ファッションでも、色ならくすみカラー、素材ならレースやシースルーなど、透け感のある質感がトレンドの予感。この流れを受け、ヘアカラーでもくすみや抜け感が人気になると見ています。

また、メイクのトレンドでも使われる“じわっと感”もポイント。自然な血色感や滲むような発色を指す、ヘアカラーにも取り入れやすいキーワードです。ヘアカラーでいえば、はっきり主張する色というより、光の当たり方や髪の動きによって、じわっと色みを感じるような表現が今っぽさにつながります。

春らしい軽やかさのあるダスティローズは、柔らかなパーマや韓国レイヤーとも相性抜群。特にミディアムレングスでは、動きと色のニュアンスがきれいに映えるのでおすすめです。

Profile



柳橋 Haru　Haru Yanagibashi
EAST HAM head shopスタイリスト

岐阜県出身。EAST HAMに入社後、お客様一人ひとりのライフスタイルに合わせながら、生涯美容パートナーとなれるよう、常にお客様に飽きられないカラーデザインや新しいレシピを考えて提案し続けている。撮影やクリエイティブ活動も積極的に行っており、CHAなど数々のコンテストで受賞。

Instagram：@haru.a.y.design

（取材・文／A PRESS編集部）