

前髪

目にかかるのはNG。
お辞儀をしても目にかからないよう
ワックスなどで止める。

前身頃

ボタンを閉めたときに胸周りにシワ
が入らないように。

腕時計

カジュアルでない腕時計をつける。

ボタン

すべて留める。

カバン

A4が入る自立式のビジネスバッグ。

身丈

ヒップの一番高い部分に裾がかかる
くらいが目安。

パンプス

黒のパンプス。
ヒールの高さは3.5～5.5cmが基本。
装飾の無いプレーンタイプや、脱げ
づらいストラップ付のものを利用。
スニーカーやブーツはNG。

髪の毛

髪の毛が長い場合は、装飾の無い黒
ゴムを使い、後ろで一つにまとめる。

肩幅

肩がフィットしているもの。肩を動
かしたときに窮屈感が無いように。

ブラウス

襟が空いているスキッパーは首が長
くすっきりした印象。
第一ボタンまで締めることができる
シャツカラーは清楚感のある雰囲気
や上品できちんとした印象を与える。

袖

手首が隠れる程度。ブラウスの袖口
は見えないほうが望ましい。

スカート

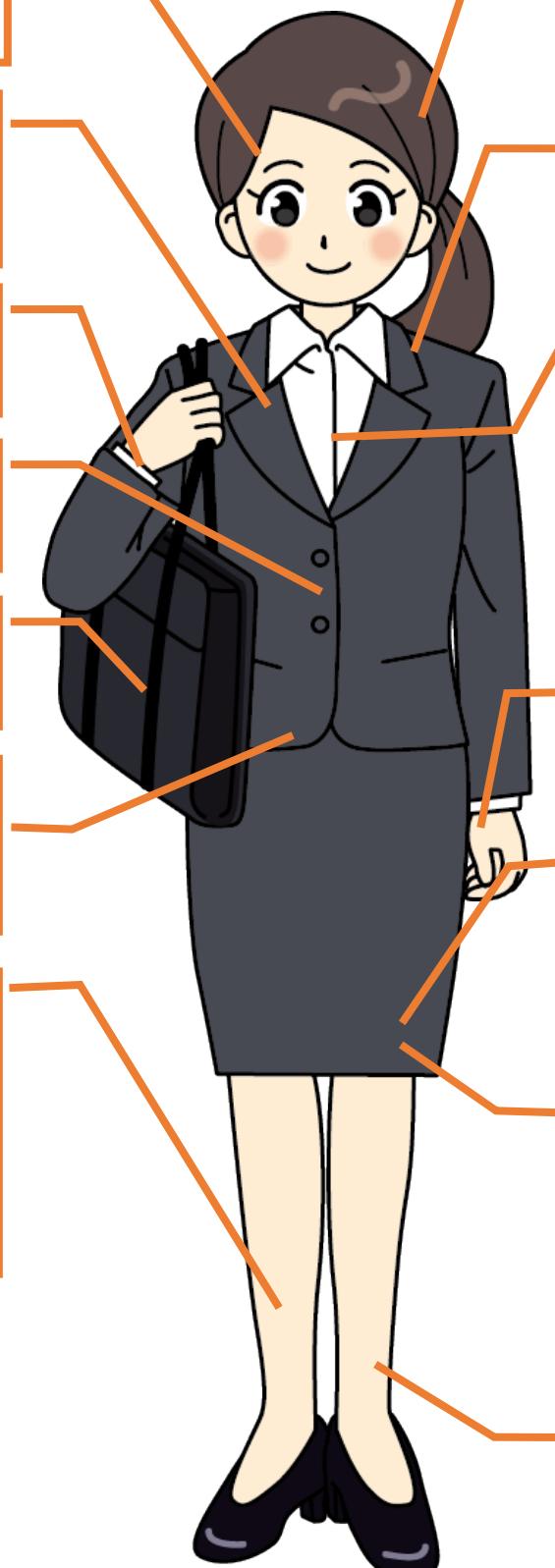
スカートの長さは、起立時は膝にか
かる程度。着席時は膝上5cmくら
いになるように。

パンツ

パンツスーツの長さは裾がかかると
にかかる程度。
パンツをはく際はベルト必須。

ストッキング

ベージュ系のストッキング着用必須。
パンツスーツでもストッキングを着用。
色がついているものやタイツはNG。



揃えておくもの

アイテム	内容
スーツ	黒のリクルートスーツが基本。パンツ・スカートの両方あるとよい。着回しができるよう2着ぐらいあるとよい。
ブラウス	着回しができるよう複数枚あるとよい。スキッパーとシャツカラーそれぞれ用意してもよい。
ベルト	カジュアルなものはNG。合皮でもよいので細目で品のいい黒色。
バッグ	A4サイズが入るビジネスバッグ。自立式。
ストッキング	ベージュ系の色味。
靴	黒のパンプス。ヒールの高さは高すぎないように。
コート	秋から春先まで使えるようなトレンチコート。黒やベージュが基本。

髪を止める際は、
華美なゴムやバレッタは避ける。
黒ゴムが無難

アクセサリはすべて**NG**。

■ インターンシップや就職活動で「私服でお越しく下さい」と言われたら？

企業が私服を求めてきた場合、一般的には**その企業で働ける服装**を求めていることが多い。TPOに合った服装ができていることがポイントとなる。

オフィスカジュアルにおけるウェアリングルール

スーツでお越しく下さい・服装自由・特定なし・私服可



企業



スーツスタイルで参加するのが無難。
スーツの着こなしは、前ページを確認のこと。

オフィスカジュアルでお越しく下さい



企業

スーツスタイルではなく、**オフィスカジュアル**で参加するのが無難。



ジャケットやカーディガン
ジャケット色 ネイビーやオフホワイト
カーディガン色 ネイビーやサックス

スキッパーカラーブラウス・カットソー
色 無彩色・ナチュラルカラーでさわやかな色
柄 無地～小柄（大柄は避けましょう）

スカート
色 無彩色アース・ナチュラルカラー
柄 無地～小柄（大柄は避けましょう）
長さ ひざ下～ミモレ丈
デザイン フレア・プリーツ・タイトなどシンプル
素材 ウール・レーヨン・ポリエステルあたりが良い

ヒールパンプスやフラットパンプス
色 黒・ダークブラウン・ネイビー・ベージュ
デザイン プレーントゥなどシンプルなもの

リクルートバッグやトートバッグ
色 黒やネイビー等落ち着いた色
デザイン リクルートであれば自立式のモノ
トートバッグであればシンプルなもの



パンツ
色 無彩色アース・ナチュラルカラー
柄 無地～小柄（大柄は避ける）
長さ フルレングス～8分丈
素材 ウール・レーヨン・
ポリエステルあたりが良い

私服でお越しく下さい



企業

オフィスカジュアルで参加するのが無難。
パーカー・Tシャツ・スウェット・ジーンズ・サンダルなどの軽装スタイルでの参加NG。