

**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**  
ボタンを留めて手のひらが入るくら  
いが目安。

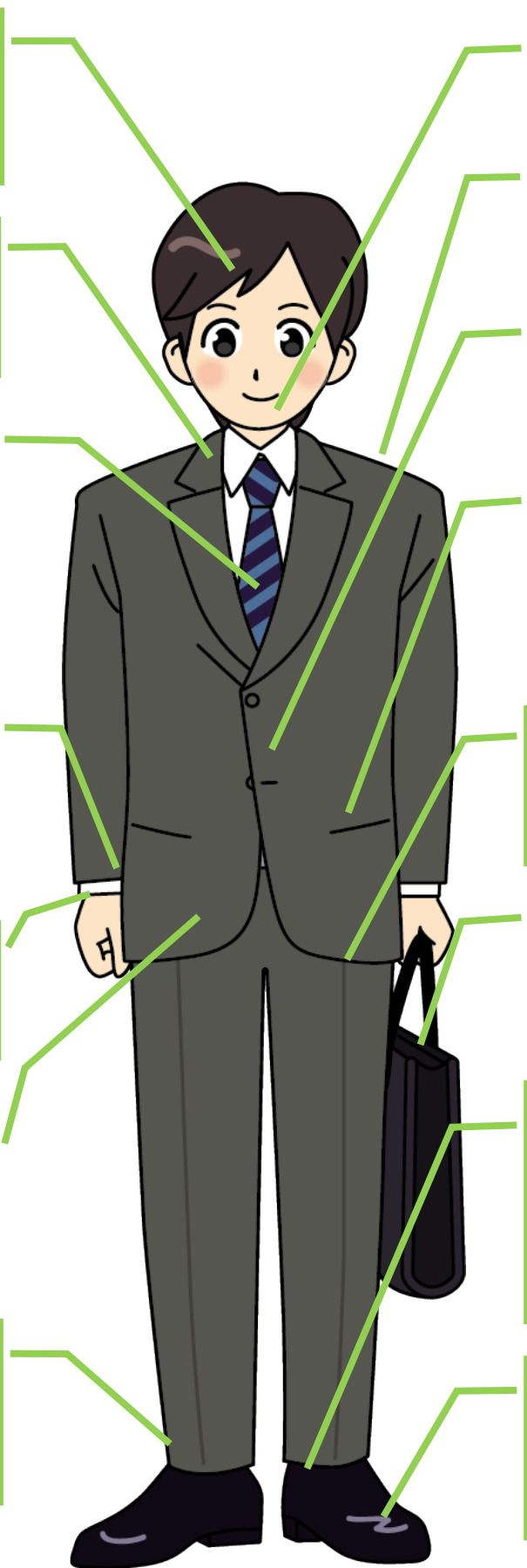
**ネクタイ**  
大剣の先がベルトにかかるくらいの  
バランスにする。

**袖**  
ワイシャツが1~1.5cm出る  
くらいが目安。

**腕時計**  
カジュアルでない腕時計  
をつけておくとよい。

**ベルト**  
スーツ用のベルト必須。  
ジャケットで隠れても必ず  
着けること。

**パンツ**  
裾が靴に少し乗る程度。  
裾上げはシングルで仕上げるの  
が望ましい。



**髭**  
きちんと剃って、清潔感を演出。

**肩幅**  
肩幅がジャストサイズか、  
背中に無駄なシワがないサイズ。

**ボタン**  
ボタンは一番下のみ外す。  
それ以外は留める。

**ポケット**  
フラップは外に出す（厳密には屋内  
では入れるものとされているが、そ  
こまでこだわらなくても大丈夫）。  
胸ポケットにペンはNG。

**身丈**  
お尻が2/3程度隠れるくらいが  
目安。

**カバン**  
A4サイズが入るビジネスバッグ。  
自立式であることが必須。

**靴下**  
色は黒。  
ふくらはぎ程度ある長さのモノ  
を選び、座ったときに足が  
見えないようにする。

**靴**  
黒の革靴。  
紐靴（レースアップ）を選ぶ。

揃えておくもの

アイテム	内容
スーツ	リクルートスーツが基本。色はダーク系。（黒が多い） 着回しができるよう2着ぐらいあるとよい。
ワイシャツ	着回しができるよう複数枚あるとよい。（首回りサイズに注意）
ネクタイ	複数持っておけば、演出したいイメージで色味を選ぶことができる。
ベルト	カジュアルなものはNG。合皮でもよいので品のいい黒色。
バッグ	A4サイズが入るビジネスバッグ。自立式。
靴下	ふくらはぎが隠れる長さのモノ。色は黒。
靴	紐靴（レースアップ）の黒の革靴
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。

ネクタイのポイント

**OKな柄**  
レジメンタル  
チェック

**避けたほうが良い柄**  
大きな柄  
ゴチャゴチャした柄

**OKな柄**

**OKな色**  
青（紺）、エンジ、黄色、水色、グレー  
あたりが一般的。  
**避けたほうが良い色**  
派手なピンクや紫、季節外れの色味

## ■ インターンシップや就職活動で「私服でお越してください」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

### スーツでお越してください・服装自由・特定なし・私服可



**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てください



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 黒やネイビーなど落ち着いた色  
カーディガン色 黒やネイビーなど無地でシンプルなデザイン

#### シャツ・ポロシャツ

色 白やサックスなどさわやかな色

#### パンツ

色 グレー、ベージュなど落ち着いた色  
長さ 長ズボン  
素材 ウール・レーヨン・ポリエステルあたりが良い

#### シューズ

色 黒のレザーシューズ、レザースニーカー  
清潔感のホワイトスニーカーなど  
スポーツ用のスニーカー等カジュアルになりすぎないように注意。

#### 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

### 私服でお越してください



**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。