



この動画では、一般的なビジネスシーンに相応しい身だしなみを映像を用いて視覚的に分かりやすくレクチャーいたします。

■カリキュラム内容

1. 導入

- ・第一印象の重要性
- ・身だしなみの三原則
- ・良い身だしなみと悪い身だしなみの比較

2. 男性の身だしなみ

- ・ヘアスタイル
- ・髭、爪のお手入れ
- ・スーツの選び方、着こなし
- ・シャツの選び方、着こなし
- ・ネクタイの選び方、着こなし
- ・小物の選び方（ベルト、靴、靴下、鞆、腕時計）

3. 女性の身だしなみ

- ・ヘアスタイル
- ・メイク、ネイル
- ・スーツの選び方
- ・小物（靴、バッグ、ストッキング、腕時計、アクセサリ、ヘアアクセサリ）