

教育目標：『つながりを大切に 心豊かに学び合い たくましく生き抜く力の育成』

生徒指導だより

4月号④



もうすぐ4月が終わりますね。みなさん、新しいクラスや仲間、先生たち

には慣れましたか。1年生は新しい制服で過ごし、新鮮だったのではない
でしょうか。毎年、1年生向けに「着こなし教室」を実施しています。

制服の意義や着こなしについて、制服会社の方に来ていただき講義をして
もらいます。カッコいい制服の着こなしで3年間過ごしてほしいと思いま
す。2・3年生のみんなは覚えているかな？

1. 制服の意味・役割

「制服」とは
ある一定の集団の

役割 所属 階級

などを表すもの

制服 = オフィシャルウェア



個人の満足でなく、人が見てどう思うか？

社会的な意味が
込められた服装

他者からの目が
判断基準

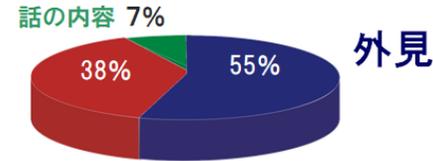
君たちの制服を見るだけで長野中学校の生徒であることが地域の方には

伝わります。長中生の一員としての行動を心がけよう！！

2. 第一印象と先入観

第一印象は、3～5秒で決まります！

第一印象を決定付ける要素



2. 第一印象と先入観

卒業してからの進路でも…第一印象は大切。

高校、大学や企業は
当たり前のことが当り前に出来る人
を求めています

- 挨拶が自然に出来る（オアシス）
- 一般的なマナーが出来る（生活態度・みだしなみ）
- 正しい言葉使いが出来る
- 決められたことをきちんと守ることが出来る

あなたの第一印象は？あいさつ・丁寧な言葉遣い・身だしなみを意識し

て生活できること、ルールや決まりを守ることが大切です。

3. 制服の着こなしかた

制服は、清潔感が第一

どんな年齢層にも快く思っ
てもらえる着こなし方を身につけましょう。



全身のバランスが重要です！



上着・スカート・靴下・髪型
全身のバランスを鏡で、
チェックしよう！

では、各アイテムを
みていきましょう。

3. 制服の着こなしかた

Vゾーンに気を遣って！



人はネックポイントに
目が行きやすい。
だからこそ、注意が必要です。



バランスの
よい丈

スカート丈は、全体のバランスが重要！

Q スボンのベスト丈は？



制服のベスト丈=ワンクッション！

“靴を見るとその人のオシャレ度が分かる”
と言われる程、重要なポイントです



『素敵な着こなし』のまとめ

- 制服は、全体のバランスが重要。
- 上着のポケットにはモノを入れすぎない。
- Vゾーンのネクタイ・リボンのバランスが大切。
- シャツの裾は出ていませんか？ インナーが透けてませんか？
- スカートはヒザ中心の丈になっていますか？
- スボンの長さはワンクッションで！
- 靴のかかとを履きつぶしていませんか？

上記のチェック表を確認してみよう！7項目全てチェックはつきま
したか？日頃の着こなしから全体のバランス、ポロシャツのボタン、スカート・
ズボンの着こなし、靴のかかとを意識してカッコよく制服を着れるよう
に！（特に□で囲まれているところ！！）

これを大事にしてほしい！！

表情



清潔感

着こなし



姿勢



振舞い



本日のセミナーのまとめ



- ◆ 制服には役割や所属する集団を表す意味や、着用することにより、安全性を高める効果があります。
- ◆ 制服はオフィシャルウェアです。個人の満足ではなく、周りがみてどう思うか？が「オフィシャルウェア」の本質です。TPOを意識し、その場にふさわしい着こなしを身につけましょう！
- ◆ 第一印象は3~5秒で決まります。第一印象で、話を聴くか聴かないか決まります。好感をもたれる素敵な着こなしを心がけましょう！

3年間かけ、カッコいい制服の着こなしを身につけて社会に出て
ほしいです！一人ひとりが意識してカッコいい長中生になろう！