

[第358回朝食会結果]

プロから学ぶスーツの着こなしを研鑽いたしました!

(株)コナカ ディファレンス Regional Manager をゲストに開催

「第358回朝食会」は、残暑厳しい9月19日(火)8時15分、HOTEL THE KNOT YOKOHAMA において42名の出席で開催いたしました。

今回のテーマは、人は外見を見ただけでその方の印象などを決めてしまうバイアスが働くと言われており、経営者・管理者にとりましても経営活動において身だしなみは大切とのことから(株)コナカディファレンス Regional Manager 飯島浩平、横田剛両氏(写真右)をゲストに「経営者・管理者の見だしなみ」と題してプロから学ぶスーツの着こなし方を講演いただき認識を深めました。

加藤会長の挨拶をうけ、事務局より連絡事項を報告し講演に入りました。(以下、講演の要旨です)



人の印象は見た目から得られる「メラビアンの法則」というのがあり一番大きく占めているのが 55%の視覚です。第一印象で決まるのはご挨拶した時の 5 秒から 10 秒とされています!

本日は、このような機会を与您いただきありがとうございます。少しでもスーツであったり、コーディネートについてご参考になる情報をお伝え出来たら幸いです。

まず、私共が運営しております「ディファレンス」についてですが、弊社の運営ブランドは三つで、郊外路面店に位置します「コナカ」、ツープライスの「スーツセレクト」そしてオーダーの専門店であります「ディファレンス」です。

本日は経営者・管理者の身だしなみということで、お客様御一人ひとりのお身体に合わせて仕立てるオーダーメイドの観点からお話させていただきます。

一寸した工夫で見目のイメージが変わったり、着用シーンであったり、お会いする人に好印象を与える、これらを軸に、正しいスーツの着こなし、サイズ感であったり、コーディネートの TPO、カラー、相手に与える印象について紹介させていただきます。また、着用した後のスーツの手入れ方法、濡れた場合の対応をお話させていただきます。

正しい着こなしを 1.スーツ着用の目的 2.正しいサイズ感のポイント 3.スーツの着用シーンと目的の3つに分類させていただきます。

主にビジネスが中心に、あとは会食やフォーマルなシーンなど様々なシーンがあると思います。なぜその必要があるかと考えたときにスーツに関しては第一印象の獲得、ここが最大の目的になると思います。

自分の為にスーツを着るというよりも相手に好印象を与えられるような、例えば、ベージュのスーツが好きな方でも初対面の方に明るいイメージをどう感じさせるか人それぞれあります。

人の印象は見た目から得られる「メラビアンの法則」というのがあります。100%のうち、言語(7%)・聴覚(38%)・視覚(55%) (verbal-vocal-visual) で一番大きく占めている 55%の視覚です。

第一印象で決まるのはご挨拶した時の 5 秒から 10 秒とされていますが、其処に着眼点をおきまして話をさせていただきます。



フロントボタンで 2 つの場合は一番上のボタンを留める、ポケットのフラップは外に、ネクタイはベルトバックルに掛かるか中間位の長さがベストです!

1. 着こなしのルールについて

フロントボタンで 2 つの場合は一番上のボタンを留めるのが基本です。

二つボタンで下のボタンを留めておられる方がおられますが、元々スーツは乗馬、軍服からきておりますので馬にまたがった時に遊びがあるような着こなしがルールになります。段返り、ハーフターン 3 つ釦の場合は真ん中の釦のみ留めます。

レディースの場合、基本的に一つ、二つボタンの種類がありますが女性の場合は二つボタンの場合でも上下両方留めていただくというルールになっております。



(女性は 2 つ留める)

(男性は上だけ留める)

2. ポケットについて

基本的にポケットのフラップは外に出しておくのが基本です。ポケットにもものを入れると型崩れしてしまいます。フラップも室外では外に出して置き室内では中に入れるというルールもありますがシルエット、見た目で判断しときには基本時には外に出しておくのがよろしいと思います。

3. ネクタイについて

これから秋になってきますと着用もされると思いますが、長さに関してはベルトバックルに掛かるか中間位の長さがベストです。凄く短い方や凄く長いネクタイを着けていらっしゃる方がおられますが基本的にはベルトのバックルに合わせて着用していただければ幸いです。

ネクタイも既製品では中々合わないという方もいらっしゃると思いますが、長さを選べるオーダーもありますので、ウインザー結びなど長さが必要な場合はそうしたものもあります。



(ネクタイの長さ)

4. サイズ合わせのポイント

肩幅に対してプラス 1cm ないし 2cm、女性の場合はとマイナス 1cm～同寸くらい、裾丈にはお好みに合わせてカジュアルは少し短くしていただくとか!

(1) 肩の収まり

肩幅に関してですが、基本的にスーツは肩で着ると言われるくらい一番ポイントにしなければいけないのは肩のサイズ感で非常に重要です。基本的には、肩幅に対してプラス 1cm ないし 2cm ものを選んでいただくとおさまりが良いということになります。

(2) 胴回りのくびれ

胴回りですが、アメリカンの雰囲気のあるボックスのシルエットスーツもありますが、くびれのことを我々の業界では「エレガントホール」と言いますが、皆さんのお身体一人ひとりに合わせてくびれ上げるのが非常に美しいものになります。

(3) パンツの丈

パンツの丈につきましては、お好みに合わせていると思います。

少し長めとか、シューズによってカジュアルは少し短くして



(肩幅)

(袖丈)

(パンツの丈)

いただくとか、スーツをお求めの際に店員さんにお話しをして求めると、スーツを着るのが楽しくなったりします。

(4) 女性のサイズ感

女性に関しては、肩の合わせ方は少々異なりまして、男性は 1cm～2cm 大きい方が良いと言いましたが、女性の場合は肩をのせるという言葉が正しいのか定かではありませんが、どちらかと言いますとマイナス 1cm～同寸くらいのジャケットを選んでいただいて、お身体に馴染ませる。やわらかい印象になります。

袖の長さも、男性の場合はシャツを覗かせて着用しますが、女性の場合はインナーがなるべく見えないように少々長めにさせていただくことをお勧めしています。女性の場合はサイズ感はプラスなところもありますので、是非、参考にさせていただければと思います。

また、着丈の長さですが、男性の場合はヒップが 2/3 とか隠れるところですが、女性の場合はトップの頂点のところの着丈は合わせていただくのが良いと思います。

ただ、今のトレンドとしては少し長く見せて、くびれに対して丈を長くすると、より、シルエットが強調されるので、そういった着こなしかよいかと思います。

パンツとスカートですが、特にスカートは立った時に長さが丁度良いと思われても、お掛けになった時に膝が見えてしまうとかありますので、女性はオーダーされる時にお掛けになった状態で長さをチェックいただくとお好みの長さになります。特に、オーダーで裾の長さや幅も調整でき、Aラインにするとかも出来ますのでご参考にさせていただけたらと思います。

5. カラーが与える印象

代表的な合わせ方ですが、同系色は私が着ているような One トーンですが、フォーマル感を演出できるという、王道で困ったときには同系色のコーディネートをお勧めしているところです！

色も色々ある中で分類としては円を描いた色の分類になります。大きく二つ、類似色、同系色は落ち着きがありまとまりのある着こなしになります。もう一つは、反対色と言うのが分かり易いかと思います。お互いの色を引き立てあって少々個性を演出できるのが補色の良いところです。

補色の色を強くしすぎるのは上級者向けですが、お相手がアクティブな方とお会いするときは赤のネクタイを着けていくとか、そういった使い方になります。

代表的な合わせ方ですが、同系色は私が着ているような One トーンですが、フォーマル感を演出できるという、王道で困ったときには同系色のコーディネートをお勧めしているところです。

紺と補色のネクタイでのコーディネートですが、これだけでも爽やかさになり、印象も変えられます。

一方、スーツも碎けてカジュアルに見せたいときにはネクタイ色に着目いただいて着こなしていただければと思います。焦げ茶のスーツでもイエローとオレンジの組み合わせですと派手になりすぎず、このスーツにはどのネクタイが合うか店員さんもズバと答えていただけます。

6. コーディネートについて

TPO に合わせたコーディネートと柄について、素材観、シューズとベルトの合わせ方につてコーディネートを見せていただきます。着用シーンにつきましては、ビジネス、晴れ着イベント、フォーマルに分類されます。

(1) ビジネス

ビジネスはどちらかと言いますと、紺であったり深いグレー、このあたりを御召しいただいていると思いますが、一般的なコーディネートになるかなと思います。

ビジネスは上下の割合が多くなりますジャケットなどのスタイルもありますが、先ずは上下でサ



イズを合わせて着ていただくというところがよろしいと思います。近年、ベストを仕事でも着用されるクラシックにこなす、ジャケットなしでワイシャツ 1 枚になるよりも様になりますし、元々シャツはヨーロッパから日本に来たときは肌着扱いのもので、是非、ベストを着るのも参考かと思います。

ネクタイもその日の気分で着用されたいと思います。一寸落ち着いてクールなイメージならグレーのネクタイ、秋冬の温かみのあるコーディネートなら、ワイン色のネクタイとか仕事の中で楽しんでいただけたらと思います。

秋冬はネクタイでアクセントをつけるというのが今後必要になってくると思いますので、ご参考にしていただけたらと思います。

(2) 晴れ着・イベント

イベントの際お客様には表彰式や大事なシーンの時にはベストがあると間違いなく良いですよとお伝えしていますが、共生地の形で同じ色のベストを着ていただくコーディネートもありますが、オッドベストという形でお手元のスーツに対してコーディネート色のベストを合わせれば幅広く着用出来ますよとか、イベントだけでなくカジュアルなベストでイベントに参列される方もいらっしゃるのをご参考にしていただければと思います。

ネクタイも、パイズリーのネクタイや植物柄のネクタイもイベントには華やかさがありますのでご参考いただけたらと思います。

(3) フォーマル

一方で、フォーマルは結婚式とお悔やみとかありますが、皆様方も一着お持ちだと思います。基本的にサイズ感としては普通のビジネスをお作りになるお客様には全体として丈やサイズ感は少し大きくご用意しております。どちらかと言いますと絞ってくびれというよりも、厳かな雰囲気もありますのでパンツの丈もビジネスより 1~2cm 長く、着立ての長さも長く、ゆとりのあるものを選んでいただければと思います。

7. 柄合わせについて

基本的には、1柄、2柄、2.5 柄を紹介しておりますが、基本的には 2 柄で抑えるのがルールです!

基本的には、1柄、2柄、2.5 柄を紹介しておりますが、基本的には 2 柄で抑えるのがルールです。スーツがストライプであればネクタイとシャツは無地にさせていただき、一方、柄もののシャツに合わせるには引き算で無地のネクタイを着ける、こうした着こなしもありますが 2.5 柄は何かと申しますと、スーツがチェックでシャツもストライプでストライプのネクタイを着けますと、そんなに硬くならないシーンで華やかさも欲しいという場ではこうしたコーディネートもあります。

究極を申し上げますと全部柄、スーツもシャツもネクタイも着こなしもありますが、基本的には 2 柄まででコーディネートいただくのがシンプルで分かり易いと思います。

8. 応用編、センターラインとサイドライン

センターラインとサイドラインですが、センターラインというのは縦に同系色で一本線を通すということで、黒のシューズに黒のベルト、ネクタイも紺の深い色で真ん中のラインを同じ色で整えるというテクニックです。

サイドラインに関しては、チーフとネクタイの色を合わせる、ページのネクタイにページのチーフを着ける、この二つだけ合わせてもまとまりのあるコーディネートになります。

9. 素材感について



秋冬に入りますと秋冬のスーツを何時着ようとか衣替えがスタートしていると思います。

何時から秋冬のスーツを着ていこうか迷うと思いますが、私共が提案するのは春夏には春夏のスーツを着ていても胸元で秋冬の演出を出来ますよというお話をさせていただいております。

シルクネクタイは王道です。胸元のネクタイをウールタイにするだけで季節感が演出できます。ネクタイ 1 本で季節感も変え

られますので、是非、参考にしてください。

10. シューズとベルトの組み合わせ

基本的には黒のシューズであればベルトも黒、ここを合わせます。シューズは黒だけどベルトはライトブラウンのものをお付けになっている方もありますが、黒のベルトにするだけで纏まりも感じますので参考にしてください。

+αとして様々なアイテムの色を統一する。ベルト、シューズに対して、ソックス、ハンカチなど統一すると印象も非常に良いと思います。

シューズ、ベルトは勿論ですが、ハンカチ、靴下、ハンカチとベルトを合わせるだけでも統一感のあるコーディネートになります。

11. スーツの手入れ方法

スーツも使い続けると傷んでいきます。折角コーディネートをしていてもスーツがよれよれ、皺だらけですとせっかくコーディネートしても第一印象が悪くなってしまいますので、是非、気に入ったスーツを長く綺麗に着ていただくためにもお手入れは大切です。

(1) ブラッシング

メンテナンスに関してはブラッシングをお願いします。ハンガーは厚みのあるハンガーを購入いただき、ジャケットをかけるだけでも長く形成が保たれて長く着用できます。ブラッシングで埃を取っていただいて汚れを落としてください。

ブラッシングの右方ですが、埃を浮かすために下からかけて毛を逆立たせます。毛を逆立させて垂れている埃を立たせて落とす準備をします。浮かした埃を上から下に取りながら毛並みを整えます。ウールも呼吸をしていますので埃が入ってしまうと長持ちしません。

皺とりに関しては、良くブラッシングでは取れないとお客様からお話いただきますが、霧吹きで水を少しスーツに掛けるだけで回復します。特に、外に干してスーツを乾燥させるかたもおられますが、日中干しますと日焼けして色が変わるケースもありますので日陰干しでお願いいたします。本当に取りにくい皺に関してはスチーマーを使用してください。

(2) スチーム

私も自宅に帰ると先ずはルーティーンでスチームをかけますが、一番傷みやすい肘の部分と座った時の背中しか掛けておりません。筆筈ハンガーを購入いただいてウエストを挟んでいる方もいらっしゃると思いますが、裾口をハンガーに挟んでいただいて掛けていただくことをお勧めします。理由は、ベルトの部分は重さがあるのでスチームをあてがっても回復しにくいのでパンツは反対に吊るしてください。

(3) 濡れた時の対処

濡れてしまったら直ぐクリーニングに出したらいいですかとの質問もあります。ウールは魚の鱗のようなものをまとっているのがウールですので、基本的には乾いたタオルを使って濡れた部分を叩いたり、拭き取っていただくだけで問題はございません。あまりにもビショビショになったらクリーニングも必要ですが、拭き取っていただき風通しの良い場所に保管してください。

水分を含んだままクローゼットにしまいますとカビが生えてしまいますので、気に入ったスーツはもったいないので、是非、行ってください。



12.纏め

- ①正しいサイズ感を決めていただく、ご自分の気に入ったサイズ感を探していただく。
- ②様々なシーンに対応して着こなし、ビジネス、イベント、フォーマルのシーンで着こなしの方法が多様に変わりますので、シーンに合わせた着こなしをしてください。
- ③コーディネートは、ご相談いただければお応えいたしますし、お会いする方や会社のコーポレートカラーを調べてあえてネクタイを合わせて着けるとか楽しみながらスーツも着ていただければと思います。是非、第一印象に役立てていただけたら幸いです。と講演いただきました。

「質疑応答」

△女性のビジネスの際のインナーはどういったものが良いのか、また、色合わせについて？

□女性のインナーは、基本的には襟付きのブラウスがフォーマルです。

インナーはむしろ色とか柄物を使用した方がよろしいかと思います。タートルネックやニットを使ったものが非常に多いので着用して季節感を演出したり、赤のインナーも着用されてもいますのでご自身の気分であったり印象に合わせてながら着用されてイイと思います。

△男性のビジネスの場合は濃い目のワイシャツでも問題ないのか？

□基本的には濃いシャツは海外のフォーマルになりますので、第一印象であれば白、ブルーがよろしいかと思いますし、第一印象であれば色は濃色よりも淡い色の方がよろしいと思います。ノーネクタイの場合はチェックのワイシャツをお勧めしていますが、ネクタイがない分シャツでアクセントをつけていただく方法も良いかと思います。

△背広、シャツも流行りがありますがどれを着れば良いのでしょうか？

□襟幅はネクタイとワンセットになっています。ネクタイの幅と襟幅を合わせると一番綺麗に見えます。ネクタイは市販のものは8cmを基準に作っているものが多く、英国調のものは7.5cmのものが多くあります。気にしなければ8cm～7.5cmを基準に選んでください。

襟幅が広くなるとカジュアルな装いがつよくなりまして、細くなるとドレスシーに感じますが、少し前に流行ったナノタイという細いネクタイがありますが、それをベースに作られているスーツは襟幅が細いのですが、襟が太くてネクタイが細いとバランスが悪いです。

ネクタイとワンセットで合わせる、好みがあれば8cm前後で合わせるとするのが一番綺麗にできます。日本人はそれが似合うと言われており、小柄の方が襟幅が大きい、大きい方が襟幅が小さいとバランスが悪いです。

△ポケットチーフの色と形、スーツの合わせ方、形はどういうときにどういう形が良いのか？

□ポケットチーフは、大きく3つのタイプがあります。一番基本は「TV ホールド」と言いまして四角いタイプです。清潔感のある使い方ですのでこういった場に適しています。

「パフ」という形はチーフの真ん中部分を摘まんでいただいて握りながら軽く奮戦のように入れる入れ方があり、柔らかい印象が出せるのでカジュアルな使い方になります。

結婚式の場合は爪を3つ出す「スリーピーク」がありますが、基本的には「TV ホールド」と「パフ」その日のコーディネートやカラーに合わせていただければと思います。

代表的な合わせ方ですと、ワイシャツに合わせ締めワイシャツなら白いチーフが一番良いです。ハンカチ、靴下と合わせる場合もあります。スーツのコーディネートは3色で合わせるとするのが基本です。

なぜ、男性は白いシャツと薄いブルーが多いかとのことですが、スーツと言うのはスーツ、ネク



タイ、ワイシャツと合わせてコーディネートができます。

スーツとネクタイを良く見せるための引き立て役がシャツということで白系のものをつかうというのがイメージです。

△ドレスコートを着る機会がありますが、フォーマルも何種類もあるよう

ですがパーティーに近い状態でのフォーマルはどんなものが良いでしょうか。

□フォーマルは自分で選ぶより指定のケースが多いです。ブラックタイ、タキシードとか指定があるケースが殆どですので招待状に合わせるというのが多いです。

大きくくりとしては日中と夕方が変わります。これが絶対ですと言うのは言えず、状況と周りに合わせるのが一般的です。

△シャツでボタンダウンとボタンダウンでないワイシャツの着方について？

□ボタンダウンというのは基本的にはカジュアルという装いが一般的で、元々はポロスポーツからが発祥で、ビジネスでボタンダウンにネクタイを着けるというのも問題はないのですが、パーティーや式典には基本的にはボタンダウンではないシャツを選んでいただくのがポイントです。

一方襟型は何か良いかと言いますと、基本的にはレギュラーと言う90°が最もフォーマルなものを選べば間違いないです。ワイドカラー(120°)でも良いです。

△太めの体系にはどんなスーツがよいのか？財布を入れたいが？

□スーツはマニュアル化されておりまして細く見えるように作られています。前提として正しい寸法で作るのが一番です。私は胴回り90Cmを超えていますが見えませんと思います。

そういう形にスーツを造っていますので迷ったときは西口の「ディファレンス」に来てください。ポケットは大前提として何も入れない設計で作られていますので、物を入れますと型に崩れがおきますし、重さに耐えられなくなり吊れが出てくるので見栄えがよくなります。

それができるのはフルオーダーとイージョオーダーです。セカンドポケットなどに入れて、一番悪いのはパンツのポケットです。

と、多くの質問が出され横田、飯島両氏に丁寧に答えていただき、スーツの着用の際の身だしなみについて認識を深めました。

