

# 第一印象を決める 面接の身だしなみ

みだしなみ【身嗜み】

人に不快感を与えないように、言動や服装を整えること。また、その心掛け。



面接官がチェックするのは  
「社会人にふさわしい服装かどうか」  
「企業・業務内容にふさわしい  
身だしなみかどうか」です。  
正社員・アルバイト・パートの面接に  
関わらず、社会人として  
相応しい服装と言動で臨みましょう。



## ●まずは清潔であること。

髪型が乱れていたり、身に付けているものが汚れていては、社会人としての意識が欠けていると思われるも仕方ありません。

寝癖・無精ひげなどを整えておくのはもちろん、ワイシャツ・スーツなどにシワがついていたり、襟や袖口が汚れていることのないように。また、鞆がよれよれにくたびれているものや、靴が汚れているのもNG。面接へ行く前に手入れをしておきましょう。

## ●スーツは、面接の基本。

面接だからといって、いわゆるリクルートスーツにこだわる必要はありませんが、スーツ着用が基本です。

新卒者あるいは公務員・銀行へ応募する方の場合には、リクルートスーツで行くのが無難。再就職などは、奇抜で派手な色やデザインでなければ、男性ならダークスーツ、女性ならジャケット中心にしたコーディネイトでも良いでしょう。

その際、清潔であるのはもちろんのことですが、ぶかぶかなスボン、短すぎるスカートに気をつけることも基本です。

## ●細かなところにも気配りを。

時計や鞆などの小物については、カジュアルなものは避け、ビジネス用の時計や鞆を用意しましょう。

女性の場合、メイクは派手にならないように。マナーとしてノーメイクは避けましょう。また、ピアスなどのアクセサリやマニキュアは、つけないかあるいはごく控え目に。