



聖光学院高等学校  
制服着こなしセミナー

見た目って大事！

～人は見た目で判断される？～

講師  
株式会社トンポ  
東京企画室デザイナー  
栗原 亜紗子

自分の見た目、気にしていますか？

聖光学院高生のみなさんへ

自分がどう見られているか  
考えたこと  
ありますか？



聖光学院高生のみなさんへ

人から見られるということは...



“自分”という人間の  
中身を判断されている  
ということ！

人は見た目で判断される！

人は見た目で判断される！！

■ 質問 ■



あなたなら、どちらの容器で  
お茶を飲みますか？？

人は見た目で判断される！！

A:バケツ



B:グラス



人は見た目で  
判断される！！

容器も人も一緒。  
みんなの中身は、

“見た目”  
で判断されています。

あなたの“見た目”  
それは普段の姿。  
つまり、制服姿です。



自分はどう見られてる??

人は見た目で  
判断される！！



今日から意識してみよう。

制服の意味、知っていますか？

制服の意味

毎日着ている制服。  
なんで制服があるのか？  
その意味を考えてみよう。



制服の意味

(1) 気持ちの切り替えと、使命感を自覚させる

## 制服の意味

### (1) 気持ちを切り替えると、使命感

たとえば、警察官

自分は警察官。  
みんなのために  
がんばろう！



お巡りさんに聞け  
ば安心ね。

制服を着ている警察官 → 自分が警察官である という**自覚**。

制服を見ている女性 → 相手が警察官である という**認識**。

## 制服の意味

みんなが制服を着ているときは...



私たちは  
聖光学院生!!



聖光学院のお兄  
さんお姉さんだ!



聖光学院の生徒  
さんね。

## 制服の意味

制服を着た時は  
**聖光学院生としての自覚**  
を持とう!!



## 制服の意味

(2) **仲間・連帯感**のシンボル

## 制服の意味

### (2) 着ているだけで同じ仲間という意識

たとえば、スポーツの選手 & 応援



仲間である という意識が高まって一致団結！

## 制服の意味

制服を着た時は  
**聖光学院生の代表**  
という意識を持とう！！



## ファッション雑学クイズ

イギリスの有名なショッピングストリート  
“サヴィル・ロウ”  
ここで作られ、日本でも良く知られている服は？



←サヴィル・ロウ

## ファッション雑学クイズ

1:スーツ



2:スカート



3:シャツ



ヒントは「サヴィルロウ」という言葉そのものです。  
何度か繰り返して声に出してみるとわかる??

## ファッション雑学クイズ

正解は...

1:スーツ



## 背広の語源、サヴィル・ロウ

サヴィル・ロウはロンドン中心部にあるショッピング・ストリート。  
オーダーメイドの名門紳士服店が集中していることで有名で、日本では『背広』という言葉の語源となったことでも知られている。



## ファッション雑学クイズ

ボタндаウンシャツの生みの親となった、伝統的なスポーツは何?



## ファッション雑学クイズ

1: サッカー



2: ポロ



3: ゴルフ



ヒントはスピードを要求されるスポーツで、2500年前から生み出されたスポーツです。みんなにはあまり馴染みが無いかも??

## ファッション雑学クイズ

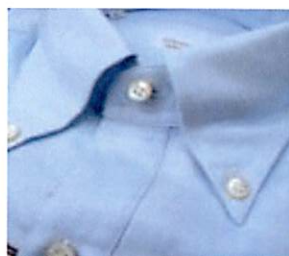
正解は...

2: ポロ



## ポロからはじまったボタンダウン

もともとは、英国のポロ競技用のシャツで、騎乗して疾走する際に、風にあおられて襟がめくれ、顔や首に当たるのを防ぐためと、激しい動きでもネクタイがずれないように固定するための仕掛けだった。



## ファッション雑学クイズ

シャツの裾が丸くなっている、もともとの理由は次のうちどれ？



A:手に付いた汚れを拭うための汚れとりだった。

B:裾がズボンやスカートからはみ出さないようにするためのだった。

C:パンツとして大事な部分を守っていた。

正解は...

C

パンツとして大事な部分を守っていた。

下着だったカッターシャツ

もともとシャツは下着で、股間を裾の長い部分を挟み込んでボタンで留めていた。

その名残が裾の丸いカーブとして現在も残っています。

※シャツの裾を出しているのは、下着を見せびらかしてしるようなもの！



服装のルール、知っていますか？

～ただ着てればいい というのはもう卒業～



服装には種類がある！

知っていますか？

ルールがある服

と

ルールがない服

ルールがある服



フォーマルウェア(正装)

責任や義務がある公の場所で  
着る服。つまり...学校の制服。

ルールがない服



カジュアルウェア(私服)

自由な場所で着る服。  
つまり...私服。

場の区別と服装の区別を  
きちんとつけられるように  
しよう！！



ルールを守れないと、どう思われる？

ルールを守れないと...

守らなければいけないルール(制服)を  
守った人と守らなかった人



ルールを守れないと...

なぜ彼は、バッシングされたのか？



私服なら、本人の自由でした...

が！！

これはユニフォーム(制服)

国を代表する立場にいるということを  
自覚せずに、場をわきまえた振る舞  
いができなかった態度が原因。

服装はその態度のうちのひとつとし  
て捉えられている。

ルールを守れないと...

身だしなみをきちんとできない人は...



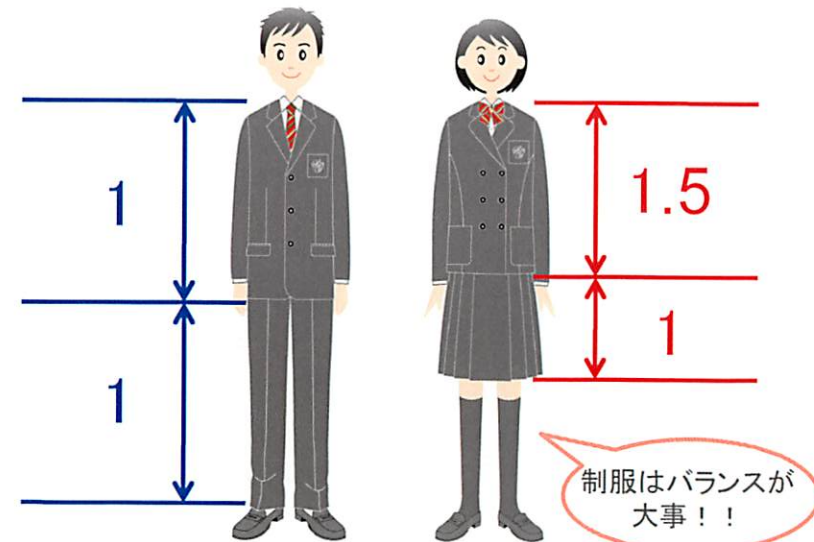
- 1: 他人を意識できない。
- 2: 場の区別を付けられない。
- 3: 自分を良く見せようと努力しない。

制服を私服の**区別**をつけて  
着こなしを楽しんでください！



制服の黄金比

制服の黄金比



# まとめ

まとめ: 学校の制服を着るということは...

制服は学校のシンボル。  
自分だけの服(私服)ではない。  
そして...

**着こなしにはルールがある!!!**

聖光学院高校の代表として  
制服を着こなしてください。

制服姿を磨こう。

制服姿を磨こう。