

## 男性版

# 身だしなみ チェック



にチェックしてください

- 髪は伸びすぎていませんか 寝癖はついていませんか？
- フケなどはありませんか？
- ひげのそり残しはありませんか？
- 襟や袖口に汚れはついていませんか？
- シャツの色は適切ですか？
- 洋服のシワは目立ちませんか？
- 上着のボタンを留めていますか？（立つときに留める）
- 上着やズボンのポケットに物を入れすぎていませんか？
- 爪は伸びすぎていませんか？
- 靴下の色は適切ですか？（派手な色・柄、白いソックスは避ける）
- 靴が汚れていませんか？ かかとはすり減っていませんか？
- 歯、耳、手はきれいですか？
- ネクタイは派手ではありませんか？
- 社風や職種に合った服装を心がけていますか？