

身だしなみの基本(男子学生)

髪型: 清潔感のある髪型。染めた髪や長髪は印象が悪いのでNG。寝癖や肩のフケに気をつける

ネクタイ: シャツとの相性で選ぶのが基本だが、スーツと合うこともポイント。落ち着いた色のスーツなら、ネクタイは気持ち明るめのものを。ネクタイはきちんと結ぶ

そで丈: シャツのそで口が1cmくらい出る長さが動きやすく、見た目にもきれい。襟やそで口の汚れに気をつける

すそ丈: 一般的には、立ったときにかかとから1~2cm上がよい。長すぎたり短すぎたりしないことが基本。

靴下: 黒やグレーなどスーツと靴に合う色を選ぶ

靴: 黒か茶色で。靴はしっかり磨き、かかとがすり減っていないか気をつける

シャツ: 基本は白のYシャツ
首回りや袖の長さがあるシャツを選ぶ。シャツの下に柄物や色の濃いTシャツを着ない

スーツ: 黒、グレー、紺系統のシングルが基本で、最近は3つボタンが主流。体型に合った動きやすいものを。シワシミがないか気をつける

カバン: 黒か茶系で、A4サイズ書類が入るのがよい。柄物やリュックなどは避ける

爪は短く切る、時計は派手なものは避ける
携帯で時間を確認しない、携帯はOFF

面接時の腰掛け方

イスに深く腰掛け、手は軽く握ってひざの上あたりに置く。
背筋を伸ばし、背もたれに寄りかからないようにする。



身だしなみの基本(女子学生)

髪型: すっきりとした清潔感のある髪型
前髪が顔をかくさないようにする
長い髪の場合にはひとつにまとめる
自然な色が印象がよい

ブラウス: 基本は白、スーツと合うパステルカラーなら取り入れてもよい。
胸元が開きすぎないように
襟、袖口の汚れに気をつける

カバン: 黒か茶系で、A4サイズの書類が入る機能的なものがよい、柄物やリュックはNG

スーツ: 黒、グレー、紺系統の色主流。3つボタンのシングルが多い
スーツは上下同じ色
シワ、シミがないかチェックする

ストッキング: 肌色が基本。素足はNG、伝線してないか気をつける
カバンに予備を入れておこう。

靴: 黒のパンプスが主流。長時間歩くことに備え、3cmくらいの高さがおすすめ。しっかり磨く

メイク・アクセサリ: 自然なメイク、口紅などは濃くなりすぎないように。アクセサリ、香水は避けよう

手もと: 爪は短く切る
派手なマニキュア、スポーツタイプ、派手な時計は避ける

そで丈: シャツのそで口が1cmくらい出る長さが見た目にもきれい。

スカート丈: 座った時に膝が見えるくらいの長さが基本。パンツスタイルもOK
シワ、シミに気をつける

面接時の腰掛け方

イスに深く腰掛け、手は軽く重ねて腿からひざの上あたりに置く。
背筋を伸ばし、背もたれに寄りかからないようにする。



Physical appearance (male student)

Haircut: Neat style. Short enough so your hair doesn't block your sight or falls into your eyes while the interview.

Necktie: The color has to match your shirt as well as your suit. If your suit has a moderate color the necktie can be a rather bright color.

Sleeve's length: The shirt's sleeve should show about 1cm underneath your suit's sleeve. With this length it's easy to move.

Trouser's length: In general it should end 1-2cm up from your shoes' heel (when standing). Be careful its not too long or short.

Socks: Grey, black or dark blue – it should fit your suit.

Shoes: Black or brown. Buy them in the evening to prevent your feet from hurting when wearing them for a long time.



Shirt: Basic is a white dress shirt, but you might also choose a light color. It has to match your necktie and suit.

Suit: Basic is a uni-color suit in black, grey or dark blue. Recently 3 buttons are most common. Choose a suit that matches your figure and is easy to move in.

Bag: Black or brown, A4 sized papers should fit in. Bags you can hang around your shoulder are convenient for example for taking notes in the train/bus.

Sitting at the job interview

Sit down at the back of the chair, put your hands slightly clenched on top of your legs (near the knees). Straighten your back. Don't lean towards the back rest.



Physical appearance (female student)

Haircut: Neat style. Long hair should be tied back. The color isn't that relevant for many companies but it should be suitable for your job search.

Blouse: Basically white, but you may also choose a pastel color that matches your suit.

Bag: Black or brown, A4 sized papers should fit in.

Suit: Black, grey or dark blue are common. Most suits have 3 buttons and are uni-colored.

Stocking: Skin-colored. Take a spare one with you in your bag.

Shoes: Black pumps are most common. In order to be able to walk in it for a long time 3cm heels are recommended.



Makeup & accessories: Your makeup (lipstick etc.) shouldn't be too heavy. Accessories shouldn't be too flashy.

Hands: If you have a manicure be careful your nails are not too flashy or too long.

Sleeve's length: The shirt's sleeve should show about 1cm underneath your suit's sleeve.

Skirt's length: Should just cover your knees when standing, so they show when you're sitting. You can also wear pants.

Sitting at the job interview

Sit down at the back of the chair, put your hands (lightly covering each other) on top of your legs (half way to the knees). Straighten your back. Don't lean towards the back rest.

