



### Point-1

「視線を上」が著スラリ、の鉄則。顔周りに鮮やかな色を使ったりデューカー・ネックレスなどワンポイント・アクセサリーもGOOD!



### Point-2

カーゴパンツのポケット位置にも技あり。ポケットが膝より上の高め位置にあり、脚を上方向へ長くみせます。

### Styling A

### 小柄な男性

小柄な男性の場合、全体をタイトなシルエットでバランスよくまとめ、スッキリ感を出します。特に縦方向へのラインを強調することで細い印象を与え、視覚的に実際より身長を高く見せられます。柄は大きいものを選び、通気果なので気をつけて。

Before



縦ラインと柄選びがポイント

2008年春夏トレンドを上手に活かす!

体型の悩みを強みに変える!

# 技あり スタイリング

MEN'S  
編

### 技 Point-1

Vゾーンが狭いと窮屈そうな印象を与え、実際より太めに見えます。ジャケットは戻り3つボタンを選び、第一ボタンを外して着こなせば2つボタンに膨らみがある方でも胸まわりに綺麗なシルエットをつくれます。



### 技 Point-2

たとえばワイドカラーのクレリックシャツを、ノータイで。ボタンを外したとき首まわりに余裕ができ、クレリックを選べばさらに上品さとデート時の好感度&お洒落度があがります。



### Styling B

### 太めな男性

特におなか周りが太めな体型が気になるからと、それを隠し隠すような大きなサイズを選んでるのはNG。色は全体的に落ち着いたトーンでまとめることで締め効果があります。またVゾーン中心にディテールをうまく調整することがスッキリみせるコツです。

Before



Vゾーンと胸まわりに工夫を



**Point-3**

トップスの丈は短め、腰背くびりのショート丈がバランスよくみえます。また素材は張りやゴテ感など圧迫感のないものがおすすめです。上半身に威圧感が無くなりスッキリした感じに。

○着せ替え ◆ライオンコート 6500円 / 2枚着替え ◆ライオンコート 2枚着替え / 2枚着替え ◆ライオンコート 1枚着替え / 1枚着替え  
 ○着せ替え ◆ライオンコート 6500円 / 2枚着替え ◆ライオンコート 2枚着替え / 2枚着替え  
 ◆ライオンコート 1枚着替え / 1枚着替え ◆ライオンコート 1枚着替え / 1枚着替え  
 ◆ライオンコート 1枚着替え / 1枚着替え ◆ライオンコート 1枚着替え / 1枚着替え



**技 Point-3**

全体を暗めのトーンにすると今更な印象が弱くみえがち。そこで挿し色に明るいカラーのポケットチーフ使用で、簡単に洒落度UP!



### Point-1

タートルネックで首に高さをつけて、さらにパールなど上品かつさりげなく輝度のあるネックレスをつけるだけでこんなに印象が高めに集められます。ヘアスタイルは、小顔にあわせるアップスタイルがベター。

### Point-2

流行のボレロタイプのカーディガンがセットになったアンサンブルは小柄の方の強い味方。短めのベルスリーブは腕をスラリと長く綺麗にみせてくれます。また色は鮮やかな赤系などで、上半身のコンパクトさを強調。



### Styling C

### 小柄な女性

Before



視線を上へ集めること

いかに視線を上へ集められるかがポイントです。かといって顔まわりだけリテイナーするのはNG。あくまで全体のコーディネート・バランスに気を配り足首、腰、首などの各ポイントにメリハリの効いたアクセントを配することで、かえって存在感が湧出され、実際より長身に！

2008年春夏トレンドを上手に活かす！

体型の悩みを強みに変える！

# 技あり スタイリング

LADIES  
編



### Point-1

体のなかの細い部分をさらに細くみせると華奢な印象を強調できます。クロップド丈のパンツで足首見せし、サンダルのリボンを使って足首をよりキュートしたイメージに！

### Point-2

横方向のボーダー・マリンでも、上に濃い色のカーディガンを羽織れば縦方向のラインが強調され、スッキリと見丈に背が高くみえます。このように服の積層を使うことで視覚的な長身イメージをつくれます。



### Styling D

### ボリュームある女性

Before



体の細い部分をうまく活用

ボリュームある体的な女性は、まさ洋装。全体のサイズが大きすぎの場合が多いようです。太目のパンツは濃い色をつかってみる。工夫を！ 腰の締めをみせ逆に自分のパンツの中で細目の部分を、見せる。工夫を！ 腰の締めを、細い部分に注目が集まると他の部分も細く見える、という効果があります。



### Point-3

小柄な方の苦手アイテムのひとつがこのプリアスカート。それでもベルトを腰高位置に着いて、ウエストにくびれをつくることでメリハリあるGOODバランスに。ベルトは「置き」がポイント。太すぎはNG!

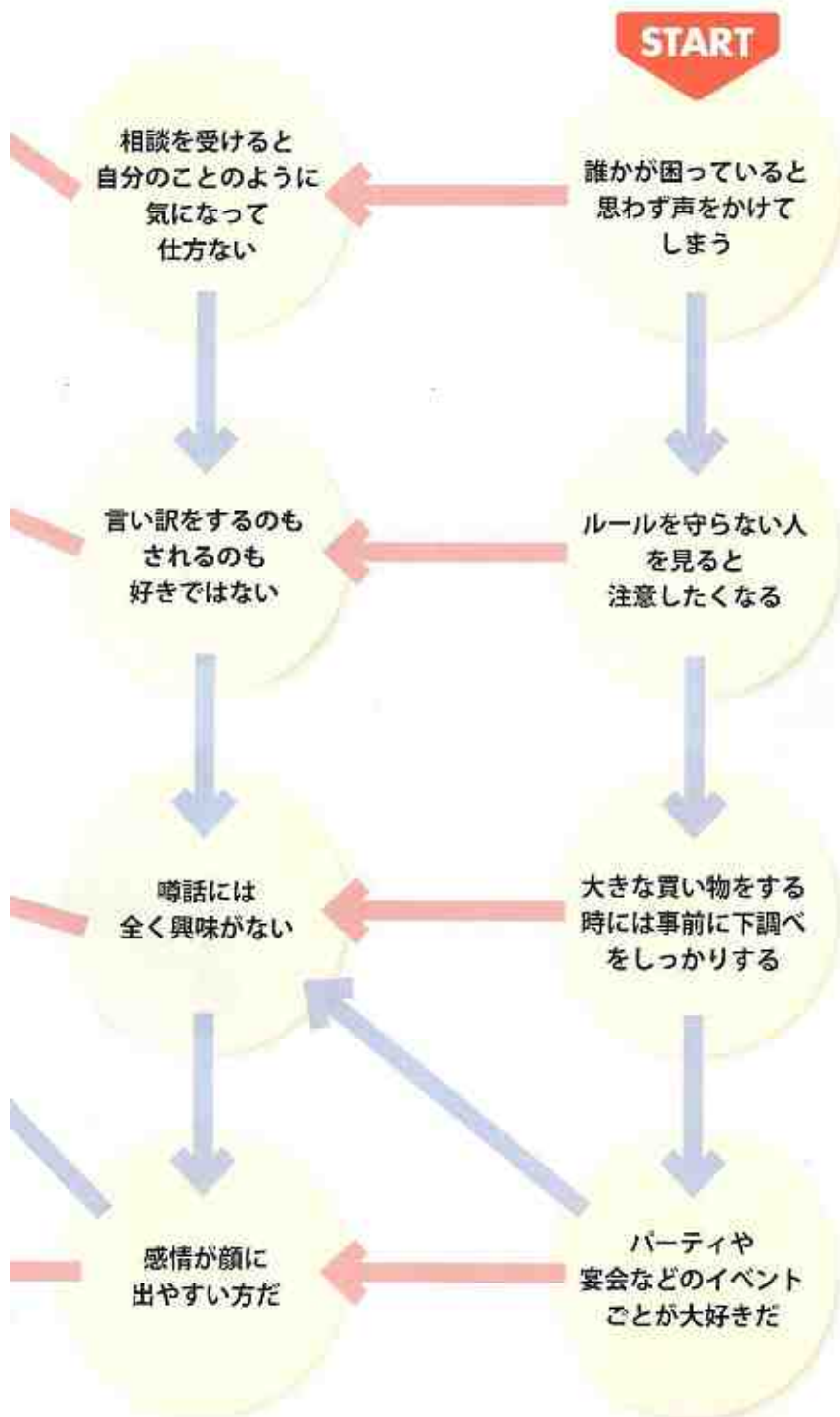


### Point-3

ネックレスは長めがベターですが、華奢なものよりボリュームのあるほうが「視線集中効果」あり。ジャケットの丈にも注目。大きすぎのサイズはNGです。

このモデルは ◆トップス ¥8,800円 / 1. プレズ  
 ◆ベスト ¥1,550円 / 2. プレズ ◆  
 カットソー ¥3,445円 / 3. プレズ ◆  
 121. 8,575円 / 4. プレズ ◆ / トップ ¥8,625円 /  
 122. ◆ / 5. プレズ ◆ / 6. プレズ ◆  
 7. プレズ ◆ ◆ / 8. プレズ ◆ / 9. プレズ ◆  
 ◆ / 10. プレズ ◆ / 11. プレズ ◆ / 12. プレズ ◆  
 ◆ / 13. プレズ ◆ / 14. プレズ ◆ / 15. プレズ ◆  
 ◆ / 16. プレズ ◆ / 17. プレズ ◆ / 18. プレズ ◆  
 ◆ / 19. プレズ ◆ / 20. プレズ ◆

自分の内面的な魅力をファッションで表現することができれば、知り合ったばかりのお相手からも好感を得ることができます。このテストでは、あなたの内面にぴったりなスタイリングをご提案します！



貴方の魅力を引き出す今年のトレンド・ファッションとは？  
 ～深層心理チャートからあなた自身を演出するための2008年・春夏スタイリングを徹底指南～

**癒し系  
タイプ**

**困った人を見ると  
つつい手助けしてあげたくなるあなた**

そんな「癒し系」のあなたにはクラシックで優しいスタイリングがGOOD! 伝統的な柄やシックなカラーリングで落ち着きと優しさをアピール。特にトレンドのチェック柄など、クラシカルな柄を取り入れたスタイリングが今年のおすすめです。たとえば男性は前ページのグリーン系のギンガムチェック柄シャツなどをあわせて、さわやかにコーディネート。女性は自然に体に添うラインを意識して、前ページのたとえばシックなカーキのサファリジャケットや、明るめグリーンのニットジャケット、思い切ってバッグにもグリーン系を取り入れてみて。包容力をあらわすグリーンとクラシカルな着合わせであなたの優しさや包容力をより発揮できる場面が増えてゆくことでしょう。

**リーダー  
タイプ**

**みんなをグイグイ引っ張る  
頼れる「リーダータイプ」のあなた**

あなたならではのアクティブなイメージのファッションで、そのパワーを上手にアピールしましょう。たとえば前ページ右側の男性モデルが着用しているような、スポーティなライダースニットをスッキリと短めの丈でコーディネートすることで、軽快さと動きのよさをアピール。またデニムなど若干ラフなアイテムとの組合せも良いです。女性なら前ページ右側モデルが着用している、足元を軽くきれいに見せるカプリパンツなどを履いて行動的な印象を。スカートよりパンツ・ルックのほうが、アクティブさを演出しやすいでしょう。アクセントカラーを選ぶなら、やはりなんといってもパワーを表現できるレッド。特に「引っ張って行って欲しい」「包容力にあこがれる」と思う異性があなたの周りに集まってくることでしょう。

**頭脳派  
タイプ**

**いつも冷静に  
物事を判断できる力を持っているあなた**

シンプルな知的なファッションでその魅力をさらにアピールしましょう。コツはあまり沢山の色を使いすぎないこと。全体をモノトーン系でまとめると上品でシンプルな印象を演出できます。前ページ左側男性モデルのスーツスタイルは、センツァ・クラバック(タイ無し)スタイルでスーツ本来がもつしっかりとしたモノトーン感を強調。さらにブルー縞のシャツで理性的な静かな熱力を引き出すお手本ファッション。女性でもジャケットやワイドパンツを組み合わせたとき、意識的に全体のシルエットが直線的になるよう、またブルー系を取り入れる工夫をすることで、あなたらしい知的雰囲気効果的に表現できるはず。相手の異性から「信頼」の獲得とお互い永続的な関係を続けていきたい、といったしっかりした関係性の構築に役立つことでしょう。

**個性派  
タイプ**

**自分の気持ちを  
個性的に表現したいと願うあなた**

今年はそんな個性派のあなたをバックアップするファッション・トレンドが目白押しです。男女ともトレンドの花柄は、インナーにさりげなく取り入れることで注目度アップ。特に大きめの花柄や、幾何学模様、ドット柄など、自分の個性を演出する柄を選べばさらに効果的。前ページにある花柄のシャツやバッグ、ボーダーでも工夫して自分にぴったりのものを探してみてください。また、そんなあなたの個性を引き出すカラーがイエロー。黄色は太陽の光の色で、色彩心理学的にもっとも人間の目に留まりやすいといわれます。この色とトレンドの柄などを効果的に取り入れたスタイリングで、あなたは集団のなかでもひととき自立した存在になり、思う存分自己表現できる機会が訪れることでしょう。

みんなが嫌がる役を  
引き受けてしまう  
事が多い

グループでは必ず  
リーダー役だ

突然のトラブルにも  
冷静に対応できる

どちらかという  
飽きっぽく、  
コツコツやるのは  
苦手だ



デート・ファッション

# ポイント

デートの装いは自己表現と、相手への配慮、またTPOにあわせたマナーなど実は結構難易度が高かったりするもの・  
100点満点のファッションは難しいですが、「これは避けたほうが無難」といったマイナスポイントに注意さえすれば、デートの成功率も格段にアップします。ここではそんなデート・ファッションのNGポイントを紹介！



## 高級ブランドも、お手入れ無しでは台無し

洋服を選ぶとき、流行やブランドに気をとられてしまうことが多いと思いますが、男女とも相手のファッションにまず求めるのは「清潔感」。たとえば男性の場合、いくら高いブランドのスーツでも、パンツのセンタープレスの位置がずれていたり袖口が汚れていたりしては台無しですし、女性でも素敵なデザインのドレスでもシワや汚れが目立っているようでは相手の意識がつついそこへ集中してしまい、マイナスです。男性も女性も、よほどのファッション通でないかぎり、異性向きのブランドやトレンドなどには疎いもの。それに対して「清潔感」だけは誰がみてもすぐわかってしまいます。基本的なことが、一番大切。デート・ファッションの王道はやっぱり清潔感、と覚えておきましょう！



<監修>  
久野 梨沙 (ひさの・りさ)

中央大学文学部教育学科心理学コースで認知心理学・色彩心理学を研究した後、(株) オンワード樺山、リーバイズストラウスジャパン (株) でレディース・ブランドを担当。心理学とファッションの専門知識を融合させた、「内面の魅力を引き出すパーソナルスタイリング」手法を確立。現在、株式会社フォースタイル代表として、スタイリングのコンサルティング、コラム執筆や、セミナー講師も精力的に行っている。  
日本メンタルヘルス協会認定  
基礎心理カウンセラー  
文部科学省後援  
色彩検定カラーコーディネーター2級



## 公園デートにヒールの高い靴やスーツはNG！

公園など屋外でのデートや仲間内でのバーベキューなど、アクティブな場所でのデートにもハイヒールで行く女性や、スーツを着てゆく男性がいますがこれはNG。相手に「汚してしまわないか」とか「歩きにくいのか」といった余計な気をつかわせてしまい、お互いデートに集中することができなくなってしまいます。いくらそれが自信があるスタイリングであってもTPOを無視したファッションはその場からも浮いてしまい逆効果。自分の魅力をそのシーンにあわせてうまくファッションでも表現することが本当のおしゃれといえるでしょう。



## 「内面さえ良ければ・・・」は実は間違い！？

「外見に気を配ってなくても、自分は中身で勝負」とはよく聞く言葉ですが本当にそうでしょうか？いつものファッションと違って、デート・ファッションは「自分のため」でなく「相手のため」のファッションでもあります。せっかくお互いにとって重要な意味をもつデートに相手が無難な服装でやってきたら、「自分のことを大切に思っていないからこんな格好で来るんだ」と相手に誤解さえ与えかねません。個性的なファッションがあふれる現代だからこそ大切になりたいのは最低限のマナー。個性は別のところでいくらかでも存分に発揮することにして、ファッションでは個性とマナーのバランスを大切にしましょう。せっかくのデート。お互い気分良い時間を過ごせるような服装で楽しみましょう！