

就活生必見！ 男の身だしなみ講座
～面接で「この人と一緒に働きたい」と思わせる第一印象作り～

いよいよ就職活動が本格化する12月。ビジネスシーンはもちろんのこと、人との関わりの中で相手が心地よく感じる身だしなみは重要なマナーです。またビジネスの場においては、自身がいかに輝いて見えるかを第一印象で伝えることが重要です。そこで、第一印象をアップするための日頃のスキンケア、ヘアスタイリング、眉毛のお手入れについて、資生堂ビューティー トップスペシャリストの原田がご案内します。

資生堂ビューティー トップスペシャリスト
原田 忠（はらだ・ただし）

資生堂の宣伝広告のヘアメーキャップを中心に、NYやパリ・東京コレクションなどでも多岐にわたり活動。資生堂の男性用ヘアケアブランド「UNO」のヘアディレクターとして商品開発、美容ソフト情報の作成などにも携わる。最新のファッション・シーズントレンドのヘア傾向分析や予測も行う。著書に『一流の男のボディケア』（PHP研究所）がある。



ポイントは知性、感性、意欲

好感度、爽やかさなどが内面からにじみ出るような若々しさと、TPOに合わせたセルフプロデュースを心がけます。ポイントは知性、感性、意欲です。



Check Point① スキンケア

男性こそ肌のお手入れが重要！

カミソリ負けや乾燥による肌ダメージはNG！

Check Point② ヘアスタイリング

つくり込み過ぎず、さりげなく個性を演出！

前髪は顔の表情が見える長さに。

Check Point③ 眉毛

眉毛の正しいバランスを知ろう！

つくりこみ過ぎず、さりげなく整える。

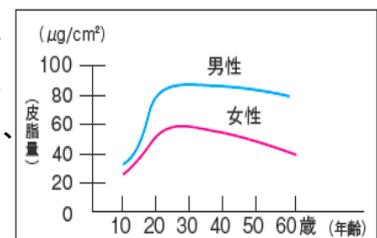
Check Point① スキンケア

男性こそ肌のお手入れが重要！

洗顔＋乳液やアフターシェーブローションで適切なスキンケアを心がけましょう。

ファンデーションをつける女性と比べて、男性の肌は普段から外気にさらされ、紫外線や乾燥に対して無防備な状態です。男性の肌は、女性の肌より皮脂分泌量が多く、20代をピークに皮脂分泌量が少なくなる女性と違って、年齢による大きな変化はありません。そのため、常に皮脂量は多く、テカリやニキビなどの肌トラブルを起こしやすいので、きちんと洗顔することが基本です。一方、ヒゲ剃りによって刺激を受けたり、傷つけてしまうことが多く、日頃から肌あれしやすい状態にあるため、カミソリや電気シェーバーでヒゲを剃った後は、乳液やアフターシェーブローションを使って肌のお手入れを心がけましょう。また、就職活動が忙しくなると食生活が乱れたり、睡眠不足などによってホルモンバランスがくずれて皮脂分泌が過剰になり、肌トラブルの原因になることもあります。日々、ポイントをおさえた適切なスキンケアをすることが大切です。

<年齢・性別の皮脂分泌量>



資生堂調べ

<スキンケアのポイント>

洗顔
乳液
ヒゲ剃り後のケア

Check Point② ヘアスタイリング

つくり込み過ぎず、さりげなく個性を演出！

全体的に黒一辺倒になりがちナリクルートスタイルですが、近年は服装や髪型でその人らしい個性を見せることも大切な要素。ただし、つくり込み過ぎたり、主張し過ぎはNGです。就活生の強みであるフレッシュ感、清潔感の中に、さりげなく個性を演出しましょう。スタイリング剤の使い方をマスターすれば、慌ただしい朝も有効に時間を使うことができます。ワックスは、ソフトでふんわりした仕上がりに。また、ミストタイプのスタイリング剤は、健康的なつや感とシャープな毛流れで、お辞儀をした時にも髪が乱れにくく、就活ヘアには特におすすめです。

<ヘアスタイリングのポイント>

襟足 シャツにかからず横に流れない長さ	前髪 顔の表情がはっきり見えるように
サイド 耳にかからない長さ	トップ 潰さず、寝ぐせがつかないように
カラー 黒髪～限りなく黒に近い茶色	スタイリング 髪が乱れないように整える程度
もみあげ 長くても耳下程度	

髪型・髪質に合わせてスタイリング剤を選びましょう。

髪質：固め
長さ：短め
 髪質が固めの方は、しっかりクセづけできるワックスがおすすめ。



髪質：柔らかめ
長さ：長め
 髪質が柔らかい方は、ミストを揉み込んでからスタイリングすると髪型が決まりやすい。



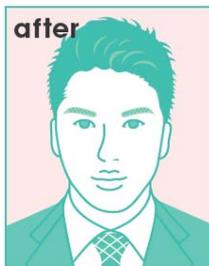
100円硬貨大にとり、手の平、指の間にしっかり広げる。



ワックスを髪の根元から全体になじませます。



前髪はやや斜めに上げて、ソフトな印象をプラス
 前髪を立ち上げ毛流れをつくり、指でつまみながら立体的に仕上げます。



精悍な印象に



頭全体に7～10プッシュ程度つけて揉み込む。



全体に広げて揉み込み、自然なボリュームを出します。



サイドを押さえてシャープな顔立ちに
 サイドのボリュームを押さえ、トップに指先で自然な束感をつくります。

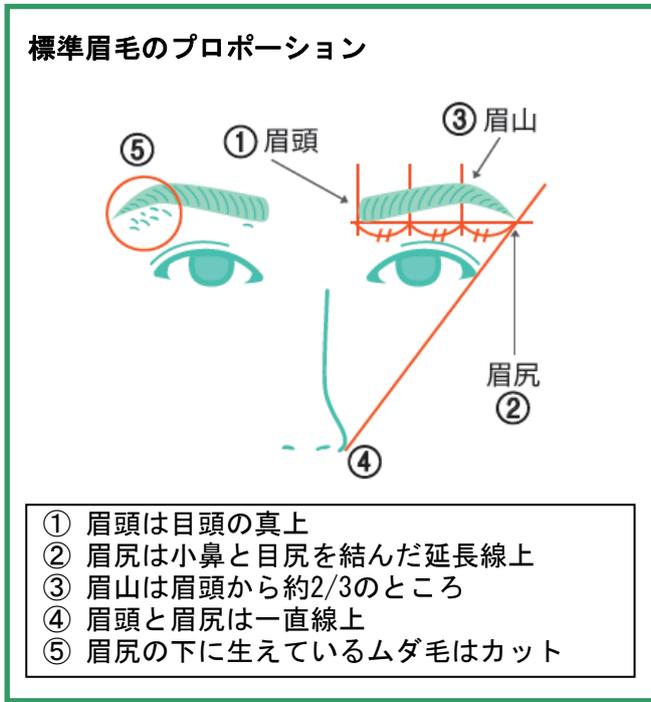


知的な印象に

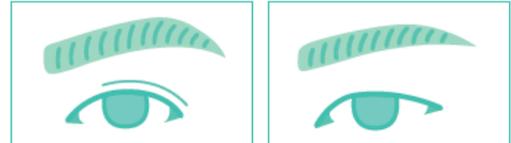
Check Point③ 眉毛

眉毛の正しいバランスを知ろう。細い眉毛はNG！さりげなく整えるのが正解。

眉の正しいバランスを知ることで、自分のイメージを作ることができます。細くならないように整えましょう。眉尻の下にムダ毛が残っているのは、手入れのいき届かない印象になって、良いイメージを与えません。長く伸びた眉毛はほどよくカットし、毛抜きやハサミでムダ毛を取り除き、精悍な印象を心がけてみてください。



就活向け眉毛のおすすめ2タイプ！



ソフト眉・二重まぶた、顔のほりが深い人向け

キリリ眉・一重まぶた、まぶたが腫れやすい人向け

眉毛のお手入れの仕方



コームで毛の流れを整えた後、長く伸びた眉毛をカットし、ムダ毛を取り除きます。

資生堂の就活応援メニュー

資生堂の美容総合施設「SHISEIDO THE GINZA」就活応援メニュー

<就活用 プロにお任せ！証明写真コース>

プロのフォトグラファーとヘア・メーキャップアーティストによる証明写真撮影メニュー。好印象を与えるスタイリングをしてから、資生堂フォトスタジオで撮影します。証明写真4枚分付き。

男性 7,350円(税込) 所要時間 50分

女性 10,500円(税込) 所要時間 70分

※焼き増し、データは別途料金で承ります。

SHISEIDO THE GINZA 2F ビューティーブーストバー

予約直通 TEL : 03-3571-1444

受付時間 : 11:00~20:00



<証明写真>

店舗情報 : SHISEIDO THE GINZA

東京都中央区銀座7-8-10 TEL : 03-3571-7735(代表)

営業時間 : 11:00~20:00 (不定休)

<http://stg.shiseido.co.jp/>

SHISEIDO THE GINZA就活応援メニュー紹介中！

<http://stg.shiseido.co.jp/shukatsu/>