服育ナビ！

監修 有吉直美
（服育net研究所）

1 スタート編









すずき出版

服育ナビ！

監修 有吉直美
（服育 net 研究所）

1 スタート編



はじめに

みなさんにとって、服って何でしょうか？　服はおしゃれするためのものという人もいれば、特に考えたことない、なんでもいいから着ておけばOKなんていう人もいるでしょう。毎日かならず着る服はあたりまえの存在すぎて、あらためて服のことを考えることなんてないかもしれません。でも実は気がつかないだけで、服はわたしたちの生活に大きな影響を及ぼしています。服の着方で印象が変わったり、服の選び方で快適性や安全性が変化したりします。さらには、服の買い方でグローバルな環境や労働問題にまでかかわったり。服はみなさんと世界とをつなぐ入口であり、みなさんとほかの人とをつなぐ架け橋なのです。さあ、『服育ナビ！』で、服から見えてくる新しい世界を発見してください！

服育net研究所：有吉直美

服育net研究所って？

服育net研究所は、服育を多くの人に広めるための活動をする機関です。ホームページでは、じっさいにおこなわれた服育に関するセミナーのレポート記事や、動画、クロスワードなどの学習に役立つ資料をたくさん紹介しています。服育のことをもっと学びたい人はホームページを見てみましょう。

（URL　https://www.fukuiku.net）

監修 有吉直美（ありよしなおみ）

大阪教育大学において美術教育を専攻。イギリスへの留学後、株式会社チクマに入社。学校制服を扱うキャンパス事業部で服育の立ち上げに携わる。現在は服育のさらなる発展を目指す服育net研究所に所属し、学びツールの開発やイベント企画等、服育の研究と普及に力を注いでいる。



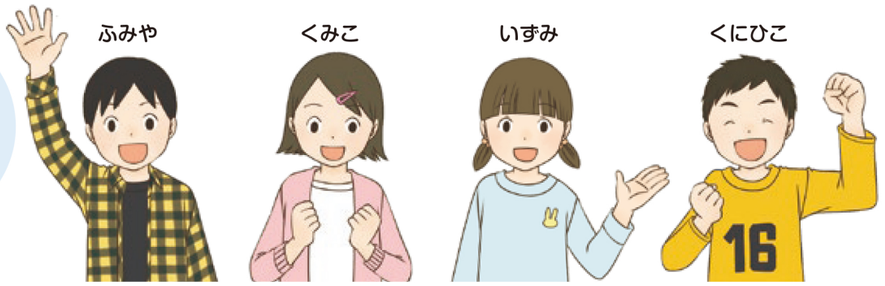
セミナー講師の先生

木村照夫（きむらてるお）

1950年4月京都市生まれ。1978年同志社大学大学院博士後期課程単位取得。退学後、福井大学、京都工芸繊維大学で教育・研究に従事。2016年3月定年退職。専門は機械工学。（一社）日本繊維機械学会名誉会員、繊維リサイクル技術研究会委員長。京都工芸繊維大学名誉教授。工学博士。



登場人物



もくじ

はじめに …… 2

服育を知ろう！ …… 4

セミナー1 コミュニケーション編 服の着方と印象の関係を学ぼう！ …… 8

服と第一印象の関係を知ろう！ …… 9

コラム 服はコミュニケーションの道具にもなる！ …… 9

服で自分を表現してみよう！ …… 10

服をきちんと着てみよう！ …… 11

セミナー2 環境問題編 服を手がかりに環境学習をしてみよう！ …… 12

家庭から出された服の8割はそのままごみとして処理されている …… 13

もっとへらせる服のごみ …… 14

コラム 世界規模で起こっている服の大量生産・大量廃棄問題 …… 15

セミナーを終えて……。 …… 16

服育にチャレンジ！ …… 17

チーム学習1 服の寿命をのばす決め手はお手入れ!? …… 19

ぬいだらすぐにしたほうがよいお手入れって？ …… 19

コラム 外にいるとき、服をよごしてしまったら？ …… 19

洗たくのコツを知ろう！ …… 20

服の表示ラベルを見てみよう！ …… 21

服をしまうときのコツを知ろう！ …… 22

コラム「お直し」ってどんなこと？ …… 22

チーム学習2 制服で気持ちのスイッチオン!? …… 23

学校に制服がある理由を考えよう！ …… 23

制服と集団生活の関係を知ろう！ …… 24

仕事と制服の関係を知ろう！ …… 25

チーム学習3 服と環境を考えるすごろく!? …… 26

チーム学習4 コーディネートでメッセージを発信!? …… 28

服の色や柄があらわす印象を知ろう！ …… 28

見せたい自分に合った服を選んでみよう！ …… 29

さあ、服育を実践しよう！ …… 30

さくいん …… 32

服育を知ろう！

今日は学校の「服育教室」の日。「服育」とは、どんなことを学ぶものなのでしょうか。





セミナー1 コミュニケーション編

服の着方と印象の関係を学ぼう！

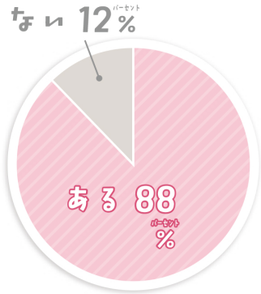
セミナー１では、有吉先生が、服がコミュニケーションにどう影響するかについて説明してくれます。



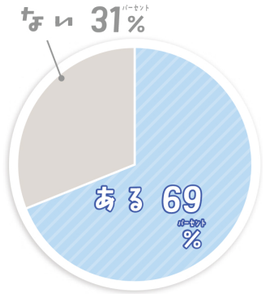
服と第一印象の関係を知ろう！

仕事場での服装に関するアンケート

相手の服装でよい印象を受けたことはありますか？



相手の服装で悪い印象を受けたことはありますか？



対象：20代～60代男女158名（2014年調査）

人は、はじめて会う人の第一印象を、わずか数秒で判断するといわれています。服のよごれが目立っていたり、しわのよった服を着たりしていると、だらしない印象をあたえてしまいます。清潔感のある着方を意識して、よい印象をあたえるようにしましょう。

「清潔感」のポイントは、よごれとしわに気をつけること！



「第一印象」とは、はじめて会った人から受ける印象のことです。おとなになって仕事をするようになると、相手にあたえる印象は、さらに大切なものになります。左のグラフを見ると、服装によって相手の印象を判断している人がとても多いことがわかります。いい印象を相手にあたえるために、その日に着る服を選ぶことが大切です。

仕事では、人との信頼関係が特に大切です。よい印象を持ってもらうためには、服の選び方にも気を配る必要があります。





コラム

服はコミュニケーションの道具にもなる！

服は話すことができませんが、いつもおたがいにメッセージを発信し合っています。このような言葉を使わないコミュニケーションの方法を、「ノンバーバルコミュニケーション」といいます。言葉を使うコミュニケーション（バーバルコミュニケーション）とともに、自分の個性や性格を表現するひとつの手段となります。

