

身だしなみ

身だしなみはなぜ必要？

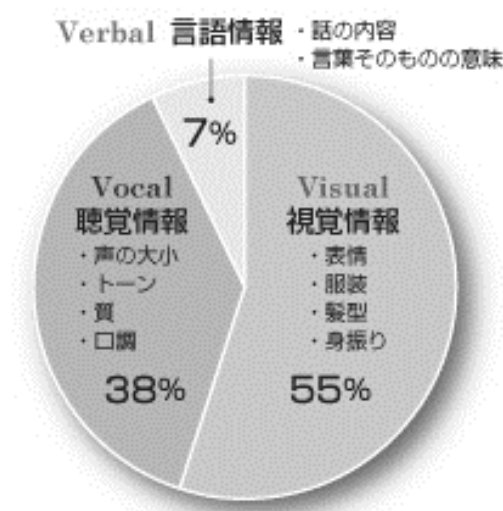
第一印象は初めて会った時の 3～5 秒で決まり、またその情報のほとんどは「視覚情報」

から得ていると言われています。

初対面の人物を認識する割合は、「見た目/表情/しぐさ/視線等」の視覚情報が 55%、

「声の質/話す速さ/声の大きさ/口調等」の聴覚情報が 38%、「言葉そのものの意味/話

の内容等」の言語情報が 7%と言われています。これをメラビアンの法則と言います。



【はじめて訪れたホテルで外見しか情報がないとき】

- ①制服をきちんと着て、髪型も整っていて、指先もキレイ、清潔感もある男性
- ②制服をだらしく着て、爪も伸びていて、髪型もボサボサの男性

皆さんでしたらどちらを選びますか？

物を売ってお金を得る小売業とは違い、ホテルは快適さ、安らぎを与えるのが仕事です。

どんなに素晴らしいホテルでも、働いているスタッフがだらしない格好をしていればお客様から信頼は得られません。また、幅広い年代の方が訪れるホテルでは、子供にもお年寄りにも信頼されることが必要です。

カラーコンタクト、ネイルアート…若い皆さんはおしゃれも楽しみたいと思いますが、
おしゃれはプライベートで楽しむものと割り切って考えましょう。

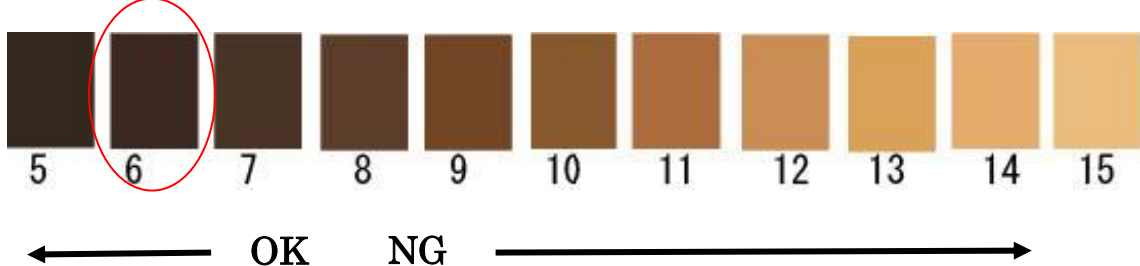
職場では「相手に不快感や誤解を与えないか」「どの世代から見ても安心感を与えられるか」を基準に自分の身だしなみをチェックしてみましょう。

トーホウリゾートの身だしなみ基準

■髪型編

《髪の色》

髪の色はヘアカラースケールの6番まで（男女ともに）



●男性

- ・サイドは耳にかからない長さで、もみあげも長すぎないようにする
- ・後ろは刈り上げるあげる必要はないが襟足は流れない程度に
- ・前髪やサイドだけ落ちてこないように固めるのは良いが、髪全体を立ちあげない

●女性

- ・肩につく髪は後ろで結ぶ
- ・結んだ髪が長い場合は後ろでお団子にまとめる
- ・髪が短い場合は前髪が顔にかからないように耳にかけるなどする
- ・ヘアアクセサリは黒・紺のいずれかとし、派手すぎないものであれば可



■靴編

《フロント・レストラン》

- ・色は黒 ・女性はヒールが高すぎないもの（3～5 c m程度）

●男性



●女性



《客室係》

- ・色の指定は特になし

●客室係 草履

- ・自分の足に合った草履を用意してください
- ・草履は 3,000 円くらいから購入できます



■靴下編

●男性

- ・色は黒・グレー・紺・茶
- ・無地が基本（目立たない柄やワンポイントなら可）



- ・NGな靴下… 色が白　くるぶし丈　派手な柄もの　5本指

●女性

《フロント・レストラン》

- ・夏服・冬服によってストッキング・タイツの色の指定があります（黒またはベージュ）
- ・NGなストッキング・タイツ… 柄もの　ラメ入りのもの

《客室係》

- ・白い足袋（たび）
- ・安いもので 400 円くらいから購入できます。



■爪編

- ・短くきれいに切りそろえること（食品を扱う部署は特に注意）
- ・女性がマニキュアを付ける場合は透明か薄いピンク・ベージュ
- ・つけ爪、ラメ、ネイルアートなどは不可

■メイク編

- ・自然で健康的に見えるメイクを心がける
- ・インパクトの強すぎる色の口紅、アイシャドウ、チークは控える
- ・つけまつ毛は不可

OK



NG



■アクセサリー

- ・指輪、ネックレス、ブレスレット、ピアスは不可（結婚指輪は可）
- ・時計はベルトや文字盤の色が派手すぎないものを着用

最後にこれだけは覚えてほしいこと 4 つのこと

① 挨拶と笑顔を心掛ける

学生生活でも人間関係は大切でしたが、社会にでるとさらに大事になります。

② メモをとる

入社すると様々な業務について先輩から指導をうけます。この時に必ずメモを取るように習慣づけましょう。後で自分でも見返すことができます。

③ わからないことは曖昧にせず質問するようにしましょう。

新入社員の特権はなんでも質問ができることです。

説明を受けた後、実際にやってみるとわからなかったり、自身がないときもあると思います。

それらを曖昧にせず質問して確実にできるようにしましょう。

④ 報告・連絡・相談を心掛ける いわゆる「ホウ・レン・ソウ」です

仕事をしていて悩んだことは不明点は上司・先輩に相談しましょう。また業務の状況や進捗状況についても報告・連絡を心掛けましょう。