

8章

見た目の先入観

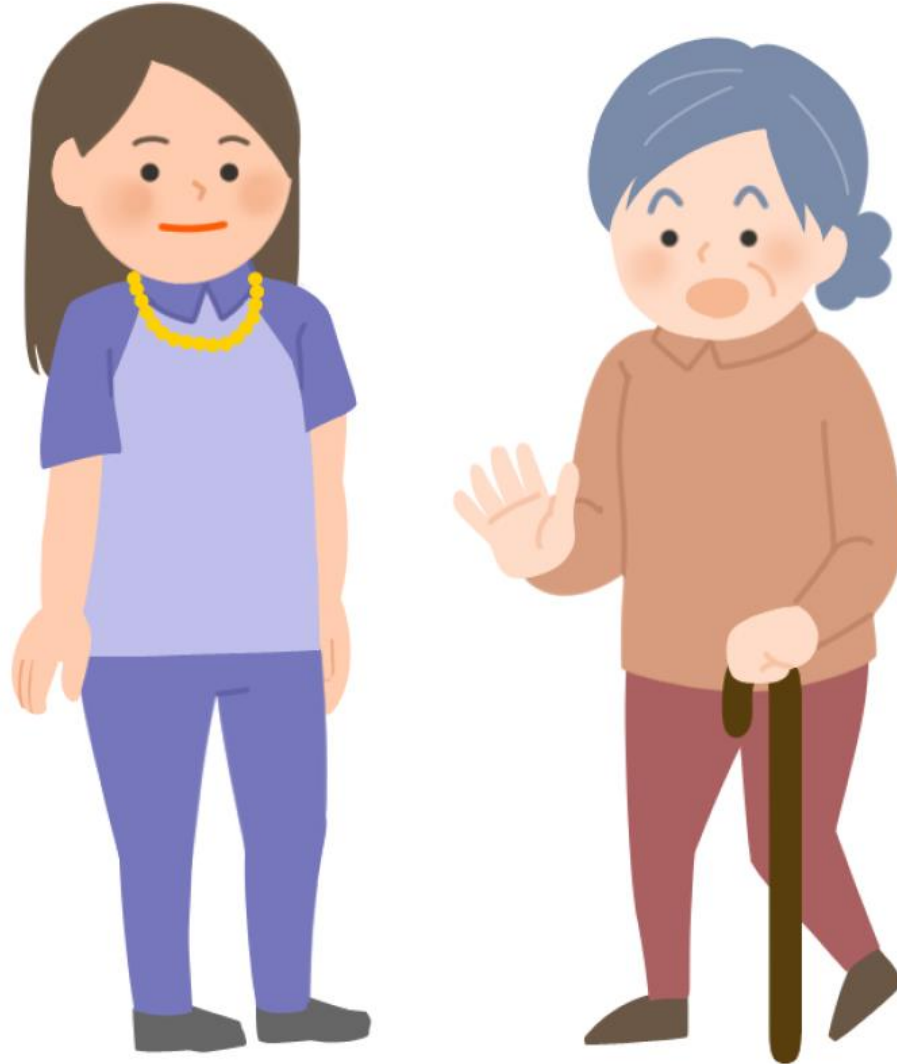
1 出会いをチャンスに！

2 第一印象の重要性

3 身だしなみのポイント

4 身だしなみチェック

介護職の身だしなみ



1 出会いをチャンスに！

出会いの印象が人間関係を決定する

人間関係の深まり方

明るい

好感

安心

信頼

満足

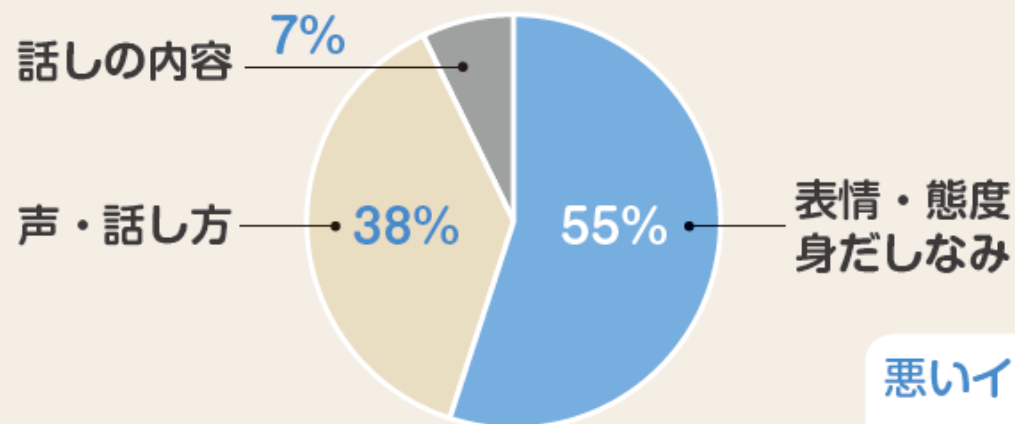
さわやか

人は、身だしなみ・表情・しぐさから人間性を見ている

2

第一印象の重要性

第一印象決定要素



アルバート・メラビアンの法則

悪いイメージ

- ・ 茶髪
- ・ バサバサの髪
- ・ 濃い化粧
- ・ 制服の汚れ
- ・ 長い爪
- ・ 伸びた髭
- ・ だらしない態度
- ・ 猫背
- ・ 無表情

3

身だしなみのポイント

身だしなみとは、相手から信頼されるために**服装**だけではなく**言葉遣い**や**態度**に気をつけることです。

① 清潔感

② 安全性

③ 動きやすい（機能性）



4

身だしなみチェック

頭 髪	チェック
毎日洗って清潔にしている	
寝癖を直して整えている	
長い髪はまとめて、仕事の邪魔にならないようにしている	
前髪は長くないようにしている	
派手なヘアカラーはしていない	
フケやにおいがないようにしている	

顔	チェック
控えめでナチュラルメイクにしている	
ヒゲをきちんと剃っている	
鼻毛は見えないように処理している	
口臭に気を配っている	

手・爪	チェック
爪は短く切っている	
適度なマニキュア、つけ爪をしていない	
手はよく洗い清潔にしている	

服 装	チェック
制服（服）には汚れ・シワがなくきれいにしている	
ポケットに危険なものを入れていない	
名札を決められた位置につけている	
アクセサリーはつけていない	
生乾きのニオイや柔軟剤の強いニオイはしない	
肌を必要以上に露出していない	

●ロールプレイング

実際、笑顔を作ってみましょう。鏡を準備してください。

① 口角を上げてください

② 目尻を下げてください

③ 優しい微笑みを浮かべてください

④ 鏡を見て、あなたの一番素敵な笑顔を見つけましょう

人と会うときは、いつも明るい笑顔で！



介護職の身だしなみ

