

## イケてる T シャツの選び方と着こなしについて

これから夏に向けて半そでの T シャツを着ることが多くなると思います。

ここでどんなものが自分に似合うのか？

何となく好きな色やデザインで選んでいませんか？

よりオシャレに、洗練されていて清潔感を演出するための T シャツの選び方を紹介したいと思います。

## Tシャツほかの名称について

Tシャツはほかにもこうした名称で呼ばれています。

- ・ショートスリーブ（長袖はロングスリーブ）
- ・カットソー（カットアンドソーイング「裁断して、縫製する」の意味）

## Tシャツの選び方

### ・着丈について

Tシャツを選ぶ時には着丈が重要です。

スッキリセンス良く見せるのはおへそから 10 センチ下くらいまでの丈を選ぶようにしましょう。

変に長いとやぼったくなるケースがありますので注意してください。

---

## ・肩の形

---

Tシャツは身ごろと袖部分で構成されていますが、この縫い合わせの部分が体に沿ってまっすぐなのか？鎖骨あたりからわきの下にかけて縫われているのか？

この違いは理解しておいてください。

一般的なのは、この縫い合わせの部分が体に沿ってまっすぐですが、アメカジ風のカジュアルなものには鎖骨あたりからわきの下にかけて縫われている「ラグランスリーブ」と呼ばれるものがあります。

ラグランスリーブはスポーティーな印象を与える。

と覚えておいてください。

---

## ・襟ぐり

---

Tシャツ選びでは襟ぐりは非常に重要なポイントです。

詰まっているとスキっとした清潔感のある印象になりますし、大きく開いているとラフな印象になります。

若くてイケメンなら何でも構わないと思いますが、清潔感が好きな女子ウケを考えるのであれば、襟ぐりは詰まっている方がベターです。

---

## ・Tシャツのインナー選びについて

---

涼しいからTシャツ一枚で着たいんだ！なぜ重ね着をしなければいけないの？

という方も多いかもしれませんが、タンクトップをまず肌に直接着てその上にTシャツを着ると

▲汗を吸ってくれて逆に涼しい

▲体系がもろに見えなくて安心

という利点があります。

汗を吸うため・体系をもろに見せないために着るだけのタンクトップであれば、ユニクロなどで購入すればいいでしょう。

もし重ね着でもワンランク上のオシャレをしたいという方には、襟ぐりの詰まったノースリーブのこちらのカットソーがおすすめです。

<https://a.r10.to/hw8SP5>

こちらをタンクトップの代わりにしてTシャツのインナーとして着る感じです。

少し襟の開いたTシャツの下からこうしたインナーの襟が見えることで、女性が見た時に「この人きちんとオシャレしている」という印象を与えてくれます。

また、上に着たTシャツの丈の下からインナーの丈がチラリと見えるとさらに格好がいいです。

重ね着ってやつですね。

着丈に気を付けながら選んでください。

## Tシャツの色選びについて

自分に似合う色を着ることで

- ・ 顔色がよく見える
- ・ 目の下のクマが目立ちにくい
- ・ 垢抜けた印象になる

という風に相手から見えます。

自分に似合う色についてはこちらを参考にしてください。

あなたに似合う季節カラーを調べる。



[色見本](#)

## Tシャツの上に何かを羽織るときの注意点

私は冷房が苦手なので真夏でもTシャツの上に薄いジャケットやカーディガンを着たり、ストールを巻いたりしています。

中でもTシャツの上に何かを羽織る時には色に注意しましょう。

---

### ・羽織物の色選びについて

---

Tシャツの上に何かを着る時には、インナーのTシャツより濃い色を選ぶようにしましょう。

こうすることで体全体のシルエットが締まって見えます。

簡単なことですが、こうして少し気を付けていただければ、よりオシャレで垢抜けた着こなしに見せることができます。



---

## ・ジャケットのサイズ選びについて

---

このように色を選び、中にはスーツのジャケットのような形の羽織物を選ぶ方もいるでしょう。

この時はボタンが3つの場合、2つ目のボタンをしめてジャケットがおなかに触れるくらいのサイズを選ぶと、チョイ悪風で洗練された印象に見せることができます。

ボタンが2つのジャケットの場合、上のボタンが同じようにおなかに触れるくらいのサイズを選ぶとカッコイイ印象になります。

---

## ・ 袖丈の長さについて

---

できれば袖丈にも気を付けるようにして、手から腕にかけて出ている骨より少し短い方がすっきり見えます。

袖が長いものを着る時には、1回、2回と袖を折り返して着るようにしてください。

これだけでも周りに「オシャレに気を使っている」ということを伝えることができます。

## ボトム、パンツやズボンを選ぶときの注意点について

Tシャツを選んでズボンは何色をはこうかな？無難にとりあえず黒にしよう。というのは避けた方がいいケースが多いです。

黒は確かにモノトーンの組み合わせとしてオシャレな色ではありますが、重たい印象になってしまうこともあります。

こうした重い印象を避けるためにはライトグレーのパンツを1本持っておくといいでしょう。

ライトグレーはどんな色にも相性がいいですし、白のパンツは気恥ずかしい！という方でもチャレンジしやすい色だからです。

また、こういうセオリーはないのですが、ライトグレーのパンツをはくときには靴もライトグレーに近い色をはくとより洗練された印象になります。

靴下の選び方でも紹介しましたが、同系色がつながって見えることでよりすっきりした印象になります。

あなたのクローゼットにライトグレーのパンツを持っておくことは一度検討されてください。

## さいごに

私はあなたに「着る洋服が変わって人生が変わった！」と喜んでもらいたいと思っています。

また、自分をよく見せる着こなしを身に着けて、周りを魅了する男性であってほしいとも思っています。

ファッション業界に足を踏み入れるまでは、髪は肩まで、ひげは伸ばし放題。膝に穴の開いたジーンズしか履いたことがなかった私が、着こなし術を身に着けることができたのは、オシャレになることは生まれつきのセンスではなく、学べるスキルだったと知ったからです。

オシャレはセンスではなくノウハウだったんです。

あなたもこちらの [勝つオシャレメルマガ](#) に登録して、内容を読み  
ノウハウを知り、ワンランク上のオシャレがステキなコーディネートを  
学んでください。

<https://my180p.com/p/r/YlbdBBgO>

またこちらのメールマガジンでは、女子ウケコーディネートのチョイ  
ワザやトレンドの取り入れ方などを紹介しています。

時々、普段触れることがないアパレル業界の裏事情なども公開して  
います。

ぜひ、お気軽にご登録ください。

↓

<https://my180p.com/p/r/YlbdBBgO>

勝つオシャレメルマガ

お問い合わせ：[info@fullflavor11.work](mailto:info@fullflavor11.work)

公式サイト：<https://xn--cck6cp2491azjnhgb.com/>

あなたを女子から一瞬で好き、を作るファッションスタイリスト

森田英明