

## 骨格診断から見る、あなたに似合うスタイルを見つける 10 個の質問

骨格診断ではあなたの体形の特徴から似合うスタイルを見つけていきます。

以下に 10 個の質問がありますので用意している A, B, C, の中から当てはまるものを選んでメモなどに残しておいてください。

質問にしっかりと答えていくことで自分に似合うスタイルの土台を作ることができます。

オシャレは「自分を知ること！」年商 20 億までアパレルブランドを育て上げた社長に言われたことです。

自分の特徴を知る為にしっかりと行ってください。

それでは質問をスタートしてください。

↓

## 首の長さは？

- A 短い
- B 長い
- C 太くて筋が目立つ

## 鎖骨は？

- A 目立たない
- B 細くて目立つ
- C 大きくて目立つ

## 上半身の厚みは？

- A 胸板は厚く肩回りはガッチリ
- B 胸板は薄めで肩回りは華奢
- C 胸板は薄めで肩幅広め、鎖骨や肩の骨が目立つ

## 腰回りは？

- A 腰の位置は高くくびれ無し
- B 腰の位置は低くくびれあり
- C 骨盤付近の骨が出ていて目立つ

## 太ももやひざの特徴は？

- A 太ももは太く、ひざ下の細い骨がまっすぐ伸びている
- B 下半身全体が太く、O脚気味
- C 太ももは肉感が少なく、脛の骨が太い

## ひざの形は？

- A 小さくて目立たない
- B 丸くふつう
- C 大きくて目立つ

## 手の特徴は？

- A 小さくて厚い、指は短め
- B 薄くて指が細い
- C 筋が大きく目立ち、第2関節が一番太い

## 手首の特徴は？

- A 細くて丸い
- B 平たくて薄い
- C くるぶしが目立つ

## 太ると肉が付きやすいのは？

- A 二の腕やへそまわり
- B 下っ腹や下半身
- C 全体的に太っていてガタイがよくみえる

## 苦手なファッションは？

- A ハイネック
- B 胸元が開いたトップスは貧相に見える
- C タイトな服は骨感が目立つ

A が多い方は ストレートタイプ

B が多い方は ウェーブタイプ

C が多い方は ナチュラルタイプ

です。

## 「ストレートタイプ」「ウェーブタイプ」「ナチュラルタイプ」あなたはどれ？体形から知る似合うタイプ別の服装とは？

あなたの体つきの特徴から、選ぶべき洋服や小物などを判断するのが「ストレートタイプ」「ウェーブタイプ」「ナチュラルタイプ」と3つに分けられた上記の骨格による診断です。

ご自身に当てはまる項目が多いものがあなたのタイプになります。

洋服を選び際の目安として「わたしはこのタイプかな？」というタイプに沿ってお洋服を選ぶようにしましょう。

## ストレートタイプ

### 特徴

- 手が小さめで厚みがある
- 首が短め
- 鎖骨が目立たない
- 筋肉がつきやすい
- 身体に厚みがあり立体的
- 重ね着をして着太りする
- 腰の位置が高め
- Tシャツにジーンズ、かっちりとしたスーツなどシンプルが似合う
- 上半身に筋肉がついていて鳩胸で筋肉が落ちにくい
- 大きめのサイズや重ね着は、着太りして見えるため似合わない

---

## 着こなしのポイント

---

- ・ 身体に沿ったジャストなサイズを
- ・ 胸元はスッキリ開けて
- ・ バッグや靴はシンプルで上質なモノを
- ・ 縦のラインを意識する
- ・ 厚地で上品な素材を選ぶ

---

## 似合うズボン

---

- ・ ストレートシルエット
- ・ 中心に縦の線が入ったセンタープレス
- ・ ひざ上の短パン

---

## 似合う素材感

---

存在感があり、厚みとハリがある「綿」「シルク」「ウール」「カシミア」「デニム」「レザー」反対に薄くて柔らかい素材は避けるようにしましょう。

「着やせ効果があるもの」「高級感があるもの」を選ぶようにしてください。

---

## 避けた方が良いアイテムや着こなし

---

- ・ハイネックのトップス
- ・やわらかい素材感のもの
- ・オーバーサイズシルエット
- ・ルーズな着こなし

## ウェーブタイプ

### 特徴

- 身体に厚みがなく平面的手も薄くて平べったい
- 首が長め
- 鎖骨が小さく出ている
- 筋肉が付きにくい
- 身体に厚みがなく平面的
- 着丈が長いとだらしなく見える
- 腰の位置が低め
- 細身のアイテムが似合う
- 胸元が薄く、下半身に脂肪がつきやすい
- 筋肉がつきにくい
- 胸元が大きく開いたTシャツやシャツは似合わない

---

## 着こなしのポイント

---

- ・ タイトなシルエット、小さめサイズを
- ・ 着丈、袖丈、裾丈は短めに
- ・ バッグや靴は小さめを
- ・ 首元は空いていないトップスに
- ・ 襟にデザインがあるもの
- ・ 透け感やソフトな生地
- ・ 丈は短めに

---

## 似合うズボン

---

- ・ 9分丈
- ・ ストレッチスキニー
- ・ ひざ丈の短パン

---

## 似合う素材感

---

やわらかいものや伸びるものが似合います。

厚手でハリのあるものは避けるようにしましょう。

「貧相に見えないか」「足が長く見えるか」「腰の位置が高く見えるか」を意識して洋服を選ぶようにしてください。

## 避けた方が良い着こなし

胸元が開いているトップス

## ナチュラルタイプ

### 特徴

- 手足が大きく筋と関節が目立つ
- 首がやや長めで首筋が目立つ
- 肩幅が広めで鎖骨が大きく出ている
- 肉感を感じさせない(太りづらい)
- 骨格や関節がしっかりしている
- 着丈が短いとバランスが悪くなる
- オーバーサイズが似合う
- 腰の位置は高くも低くもなく普通
- ぴったりとしたサイズは骨感が目立って似合わない
- 足のサイズが身長割りに大きめ

---

## 着こなしのポイント

---

- ・ ルーズなシルエット大きめサイズを
- ・ 着丈、袖丈、裾丈は長めに
- ・ バッグや靴は大きめを
- ・ 露出が少なめ

---

## 似合うズボン

---

- ・ 丈は長め
- ・ ワイドパンツ
- ・ ダメージデニム

---

## 似合う素材感

---

天然素材でナチュラルな「麻」「綿」「コーディロイ」「デニム」が似合うのが特徴です。

ラメ入りや華やかでデザインの凝ったものは避けるようにしてください。

「体がガッチリして見えないか」「ラフな印象は出ているか」を意識して洋服を選ぶようにしてください。

---

## 避けた方が良くない着こなし

---

体にフィットするタイト目や露出が多い着こなし

## さいごに

女性の場合はバストやウエスト、ヒップと体全体に波があるのでタイプを当てはめることはやり易いですが、男性の場合体のラインが直線的なのでどこかのタイプにピタリと当てはめるのが難しいこともあります。

ナチュラル寄りのストレート。

ストレート寄りのウェーブ。

大まかに1つのタイプに決めつけるのではなく、ストレートタイプなら、ナチュラル寄りか？またウェーブ寄りか？とどちらか片方にウィングを広げ、どちらかの要素も吸収しながら似合うスタイルを作るのがおすすめです。

鑑定した骨格診断の回答はご自身でお洋服を選び際には「確か私は〇〇タイプだったな？」と考えながらアパレルショップで試着する時に使ってみてください。

参考になるポイントがいくつも見つかると思います。

