

## コンプレックス克服方法

背の高低、首の長短、足の長短、足の太い細い等、人それぞれ体型は様々です。長所を活かし、欠点と思われる部分をテクニックにより視覚的に補正することで、自分自信を美しく演出できます。

### 【身長が低く見える場合】

- 上半身にアクセント・縦のラインを強調。上下同色でコーディネート。小プリント。
- × 大きくて多色なプリント。大きめな襟。太めなベルト。

### 【身長が高く見える場合】

- 大きく大胆なプリント。上下違った色でのコーディネート。
- × 小さいプリント。ストライプ。短めのトップス。

### 【首が太く短く見える場合】

- Vネックライン。Uネックライン。ラウンドネックライン。
- × 襟ぐりのつまったデザイン。

### 【首が長すぎる場合】

- タートルネック。スカーフをつける。
- × 襟ぐりの大きく開いたデザイン。

### 【肩がな肩に見える場合】

- 肩パットをつける。肩にボリュームのあるデザイン。ボーダー柄。
- × ショルダーネックライン。肩が出るデザイン。

### 【肩がイカリ肩に見える場合】

- Vネックライン。Uネックライン。ショルダーネックライン。
- × パットが入っているデザイン。襟ぐりのつまったデザイン。

### 【腕が太く見える場合】

- 袖幅にゆとりのあるデザイン。七分袖。
- × 半袖。厚地素材。

### 【バストが大きく見えすぎる場合】

- Vネックライン、Uネックライン、ウエストシャープしてないデザインを選ぶ。
- × 胸にデザインがあるもの、ラベルの大きい上着。

### 【バストが小さく見える場合】

- 胸元にギャザー、ポケットなどデザインがあるもの。
- × 胸が開いているデザイン。

### 【ウエストが太く見える場合】

- ベルトをアクセントとしないこと。上に視線をそらすようにデザインのあるものを選ぶ。
- × インパクトのある太ベルト。

### 【お腹が出ている場合】

- サイドストリットのオーバーブラウス。お腹が隠れる丈のトップス、ストレッチ素材。
- × ウエストにギャザーの多すぎるデザイン、タイトスカート。

### 【ヒップが大きく見える場合】

- フレアスカート、ゆとりのあるボトムス、トップにアクセント
- × ショートジャケット、ヒップ部分のパッチポケット

### 【胴が長く見える場合】

- ハイウエストのボトムス、トップにアクセント
- × ヒップハンガー、ベルボトム

### 【足が短く見える場合】

- 短めのトップスとボトムスと靴の色を合わせる。ヒールが高めの靴を選ぶ。
- × ローウエストのワンピース、ロング丈のトップス

### 【足が太く見える場合】

- パンツに入ったデザイン。ブーツカット
- × カラフルなパンツ、タイツ

### 【太ももが太く見える場合】

- Aラインのスカート、プリーツスカート。
- × 裾の絞っているデザイン。