

365 日**好印象**の着こなし図鑑

反則的に**ズル**い服で自分の殻をむけ！

=2019=

一般社団法人
服のコンサルタント協会
代表理事 森井良行

まえがき この1年で5年分の進歩を遂げた『服の時代』

『着るだけで女性が反応する』、反則的に強いズルい服！

高級ブランドでもなく、ファッション誌掲載でもありません。ユニクロはじめ、どこにでもある店に一部お宝が混ざっています。わたしはそのお宝を発掘するトレジャーハンターとして2004年からこの世界を見てきました。そして、驚くことにそんな私からはこの1年間で『5年分の進化』が起きたように見えるのです。

2019年、男性ファッションの流行はどうなるのか、ぶった切ります。『流行』が枝葉ならば『軸』は幹。流行の根底にある軸は昨今2つしかありません。

『クラシック軸』・・・『英国・イタリアのジャケット』着こなし
『機能軸』・・・『機能性素材』中心の着こなし

2019年の流行は？



クラシック軸



機能軸

この10年、すべての流行は『どちらかの軸』を起点にしています。00年代の『ちょいワル』ブームはクラシック軸の流れ、K-POP・3代目JSBなど『イケメンアーティスト系』は機能軸の流れ。では、2019年はどうなるのか？

女子ウケ服の変化？2019 流行はコレだ！

私の予測では、オンオフ問わず『機能軸』の流れが加速します。とはいえ、『アイテム』は『キレイめ』になるでしょう。つまり、こういうことです。

写真の通り、コート（上着）は『クラシック軸』、パンツ・靴は『機能軸』。また、スエット風フリースを合わせています。これまでのジャケット着こなしに比べ、モダン要素が加わっています。ここでいうモダンとは『都会的なスポーティー』ということ。

2019年のモテファッション



ジャケット・コートのカタチに、『機能軸』アイテムを合わせスポーティーに！

と言われても、この言葉だけではなかなか伝わりづらいのではないのでしょうか？

そこで、私が同行したのべ4,000人以上の『人生を変えたクライアント』。その中から2019年に通用する春夏秋冬44の勝ちパターンを厳選しレシピにしました。

超簡単にマネできる『着こなし図鑑』です。

マネするだけで女子にウケます。『周りの反応』が劇的に変わります。年齢に合わせた新時代の着こなしをあなたも始めてみませんか。本書を通じて、『自信あふれる真の姿』に出会う旅をはじめましょう！ というのも、これまでの常識が通用しなくなっているからです。その変化がいちばん現れている事件がシルエットにありました。

劇的に変化したサイズ感『新時代のシルエット基準』

時代に合わせ『求められるシルエット』は変わりますが、ついにここまできました。00年代のモテ服は『サイズ感さえピタッとしていればOK』。ところが、10年代からサイズ感の基準は細分化し、ただ細いだけではなく『丈感』が重要になりました。

そして、『機能軸』を中心に『丈感』さえ合っていれば、オーバーサイズでよいという時代へ突入したのです。

00年代・・・『フィット感』の時代

10年代・・・『フィット感』 & 『丈感』の時代

肩幅が大きくつくられたデザイン『ドロップショルダー』の上着が増えてきたと思いませんか？ もちろん、女性ファッションにこの要素が増えていて、その影響が強いのかもかもしれません。そこでは『パンツ丈』が特に重要。

重要視される『丈感』



週末パンツは『くるぶし』程度の時代

スニーカー。その見え方は、パンツ丈次第で9割変わってしまうからです。革靴で合わせるパンツよりスニーカーで合わせるパンツの方が難易度が高いということ。

2019年からのモテ服！『次世代の大人服』とは？

年齢・体形・顔つきによって『似合う服装』が変わります。とはいえ、誰でも似合う基本アイテムもあります。チャプター2. では365日着こなすための基本15アイテムをお伝えします。文章を読むのが苦手な方はチャプター2. から目を通してください。

一方、読み物として理論を体系的に学びたい方はチャプター1. から読み進めてください。また、なんととっても最大の進化はチャプター5. です。似合う服を見分ける方法を書きました。しかも、その属性は3パターンしかありません。

選ぶ服にはワケがある



『似合う服の生地感』と『身体の厚み』がリンクしていた

チャプター3. は本書のメインパートです。44の実例をレシピとし写真で紹介！

『結婚・転職・起業』。服を変え第三者からの評価が変わった結果、それまで決断できなかったことを決断したクライアントが続出しています。次はあなたの番です！ 新時代を生き抜く『好印象バイブル』として反則的なズルい服で、セルフイメージの殻を剥きましょう。

伝説のはじまりです。

2019年1月4日 森井良行

まえがき この1年で5年分の進歩を遂げた『服の時代』

女子ウケ服の変化？2019 流行はコレだ！

劇的に変化したサイズ感『新時代のシルエット基準』

2019年からのモテ服！『次世代の大人服』とは？

CHAPTER 1. 印象で9割！新時代の勝ち組『7つのファッション革命』2019

革命1. 誰でも好反応！超簡単『リズムの法則』

革命2. 読むだけで色音痴が治る！『センスの特効薬』

革命3. 何となくマネても女性にウケない理由は？『7つの着るチカラ』

革命4. 似たような服選びは終わり！『覚醒のハッシュタグ』

革命5. もう無駄な買い物はしない『NGショッピング癖の克服』

革命6. ラクな恰好で女子ウケする『最強の普段着レシピ』

革命7. 買った服の断捨離は？『モテ服の寿命』ホントのところ

CHAPTER 2. 365日女性から好印象！揃えるべき『大人の15アイテム』

アイテム1. 3足で365日まわせる！どんな服にも合う『大人のヘビロテ靴』

アイテム2. 3本で365日まわせる！真っ先に買うべき『大人の万能パンツ』

アイテム3. 4種で春夏秋まわせる！好印象のスパイス『大人の王道インナー』

アイテム4. 3着で秋冬まわせる！好印象のスパイス『大人の王道インナー』

アイテム5. 2着で冬をまわせる！好印象防寒『大人の全能コート』

CHAPTER 3. 絶対にマネしたい『365日女子ウケする着こなし図鑑』

【4～5月編】春のコーディネート図鑑

【レシピ1.】どこでも行ける『世界のセレブ』リネン素材の赤いジャケット

【レシピ2.】休日デート向け『大人のおしゃれ』カラフルなステンカラーコート

【レシピ3.】街コン向け『モテのやんちゃ感』濃紺のデニムシャツ

【レシピ4.】平日デート向け『やり手のオーラ』青みのネイビージャケット

【レシピ5.】オフ会でモテる『大人のおしゃれ』こなれのネックチーフ

【レシピ6.】Partyでカップリング『モテのこなれ感』ベージュ色ジャケット

【レシピ7.】清楚系女子をオトす『モテの爽やか』白いスプリングニット

【レシピ8.】合コンで主導権『大人の余裕』爽やか色のニットジャケット

【レシピ9.】平日デート向け『あふれる清潔感』青みのネイビースーツ

【レシピ10.】立ち飲み系『セクシー系』ネイビー色の重ね着

【5～7月編】初夏のコーディネート図鑑

【レシピ1.】街コン・休日デート向け『お洒落の象徴』水色のカラーパンツ

【レシピ2.】街コン向け『マイナス5歳のお洒落』青いサマージャケット

【レシピ3.】Partyでカップリング『女性のドストライク』水色サマージャケット

【レシピ4.】平日デート向け『知的男性』ウィンドーペーン柄のサマージャケット

【レシピ5.】立食パーティー向け『こなれ&清潔感』暑い日のベージュジャケット

【レシピ6.】Partyでカップリング『マイナス5歳』明るいサマージャケット

【レシピ7.】立食パーティー向け『明るい余裕』ベージュのセットアップ

【レシピ8.】合コン・デート向け『気品のカジュアル』ラベンダーのリネンシャツ

【7～9月編】真夏のコーディネート図鑑

【レシピ1.】リゾートデート向け『爽やかなやんちゃ感』ブルーのリネンシャツ

【レシピ2.】真夏のデート向け『大人の肉食風』紺色のニットポロシャツ

【レシピ3.】合コン向け『大人の清涼感』水色のリネンシャツ

【レシピ4.】ホテルのラウンジ向け『世界のセレブ』夏のベージュジャケット

【レシピ5.】ホテルのラウンジ向け『リゾートのセレブ』ネイビーシャツ

【レシピ6.】立食パーティー向け『3%のチャラさ』水色のVネックT

【10～11月編】秋のコーディネート図鑑

【レシピ1.】立ち飲みパーティー向け『クリエイティブ感』フューシャピンのT

【レシピ2.】どこでも行ける『大人のお洒落感』ダブルのニットジレ

【レシピ3.】街コン向け『女子ウケの色使い』イエローのライダースブルゾン

【レシピ4.】平日デート向け『究極のエレガンス』鮮やかなブルーのネクタイ

【レシピ5.】Partyでカップリング『アクティブな大人』鮮やかなブルーのニット

【レシピ6.】Partyでカップリング『お洒落な大人』ベージュ色のジャケット

【レシピ7.】立ち飲みパーティー向け『お洒落な大人』マスタード色のTシャツ

【レシピ8.】立食パーティー向け『大人の色気』ダブルのニットジレ

【レシピ9.】Partyでカップリング『大人のお洒落』イエローのニット

【レシピ10.】Partyでカップリング『爽やかな王道』ボーダー柄のクルーネック

【12～3月編】冬のコーディネート図鑑

- 【レシピ1.】デート向け『爽やかな王道』クリーム色のマフラー
- 【レシピ2.】街コン向け『芸能人オーラ全開』赤いダウンジャケット
- 【レシピ3.】どこでも行ける『知性と教養』ステンカラーコート
- 【レシピ4.】平日パーティー向け『モテる自信』ライトグレーのジャケパン
- 【レシピ5.】街コン向け『溢れるリア充感』ライトグレーコート
- 【レシピ6.】街コン&デート向け『お洒落感MAX』キャメルのPコート
- 【レシピ7.】Partyでカップリング『明るい色気』光沢シルバークグレージャケット
- 【レシピ8.】ホテルのラウンジ向け『大人のお洒落』ベージュのジャケット
- 【レシピ9.】お洒落系オフ会『ファッション系のお洒落』蝶ネクタイのスエット
- 【レシピ10.】デート向け『大人のお洒落感』グレーのチェックコート

CHAPTER 4. 女子の視線を釘付け『魔法の小物10』

- 小物1. 眼鏡キッカケでカップリング！？『最強のメガネ』
- 小物2. UNIQLO バレしなくなる！『キング of 小物』
- 小物3. ライバル不在のブルーオーシャン！『婚活の最優先小物』
- 小物4. 女性の視線を釘付け！『秋冬専用小物』
- 小物5. すべてを台無しにするリスク回避！『足元の魔法』
- 小物6. 35歳を過ぎたら加齢臭対策『夏のニオイ100%解決小物』
- 小物7. 何も言わずに去っていく女性が見ていた『財布の最適解』
- 小物8. ジャケットを着る男のたしなみ！『布のレフ板』
- 小物9. このバッグで結婚した人もいる！『1万円台のイタリア製』
- 小物10. 実はチェックされていた時計！『オンオフつかえる2万円日本製』

CHAPTER 5. CHAPTER 5. 目からウロコ！視点が変わる超簡単『似合う服の判断法』

CHAPTER 6. ファッションを特技に昇華する！プロが実践する『3つの習慣』

- 習慣1. 数ある流行から『モテ服の情報』がはいる！『好印象のフィルター』
- 習慣2. 服がみるみる得意になる！アパレル通になる『ブランド・マトリックス』

あとがき 服を変えれば人生は変わる！

以下は P16/17 を抜粋しています。

す。具体的にどういうことか検証してみましょう！

メリハリ配色の事例



上下コントラスト値『2』



上下コントラスト値『4』

白・黒・グレーのみならず、すべての色に数字をつけます！

前ページ写真左のポロシャツは『3』くらいではないでしょうか。白が『10』黒は『0』としたときです。黒に近いほど『0』に近いという考え方です。一方、前ページ写真左のジーンズは黒に近いので『1』。前ページ写真左の全身コントラスト値は『2』。正確な数値ではなくザックリで構いません。

こんな風に数値化を進めると『コントラストの強弱』は強い方がよいのか？弱い方がよいのか？ということが気になるかもです。ところが…

どちらが正解ということではなく、それぞれ良さがあります！

上下コントラスト弱＝『顔立ち』が強調

上下コントラスト強＝『全身』が強調

コントラストが弱いコーディネートでは全身がスラッとした印象、そして、『顔立ちが強調』されます。一方、コントラストが強いコーディネートでは顔立ちではなく『全身の印象』

が強調』されます。そして、ここからが重要です。上下半身を数値化することで『合わせる靴色』が決まります！ 各パターンで『靴の色が変わる』のです。上半身と下半身の数字を比較し、合わせる靴色が変わります。以下の条件は暗記で願います。

『上半身の数値』が大きい場合・・・『明るい色の靴』を合わせる
『下半身の数値』が大きい場合・・・『暗い色の靴』を合わせる

たとえば、前ページ写真左のポロシャツの場合、上半身の数値が高いので明るい靴（白スニーカー）を合わせています。一方、前ページ写真右では下半身の数値が高いので『紺色のローファー』を合わせています。

明るい靴・暗い靴という明暗の基準は、『パンツの色に比べ明るいかな？』です。

この方針を実践することで『靴と服の色』を迷わなくなります。次の事例を確認しましょう。左下写真の靴色は『暗い』、また、右写真の靴色も『暗い』です。なぜなら、下半身の数値が大きいからです。

メリハリ配色の事例



上下コントラスト値『8』



上下コントラスト値『3』

更に『メリハリの法則』最大の秘密をお伝えします。読むだけでセンスが高まる瞬間です。