

初心者さんでも3回のレッスンで30分で着られるようになる
ゼロから始める着付け教室



着物を着て、どんな風に魅せたいですか？

(憧れの女性像や、なりたいイメージ・雰囲気)

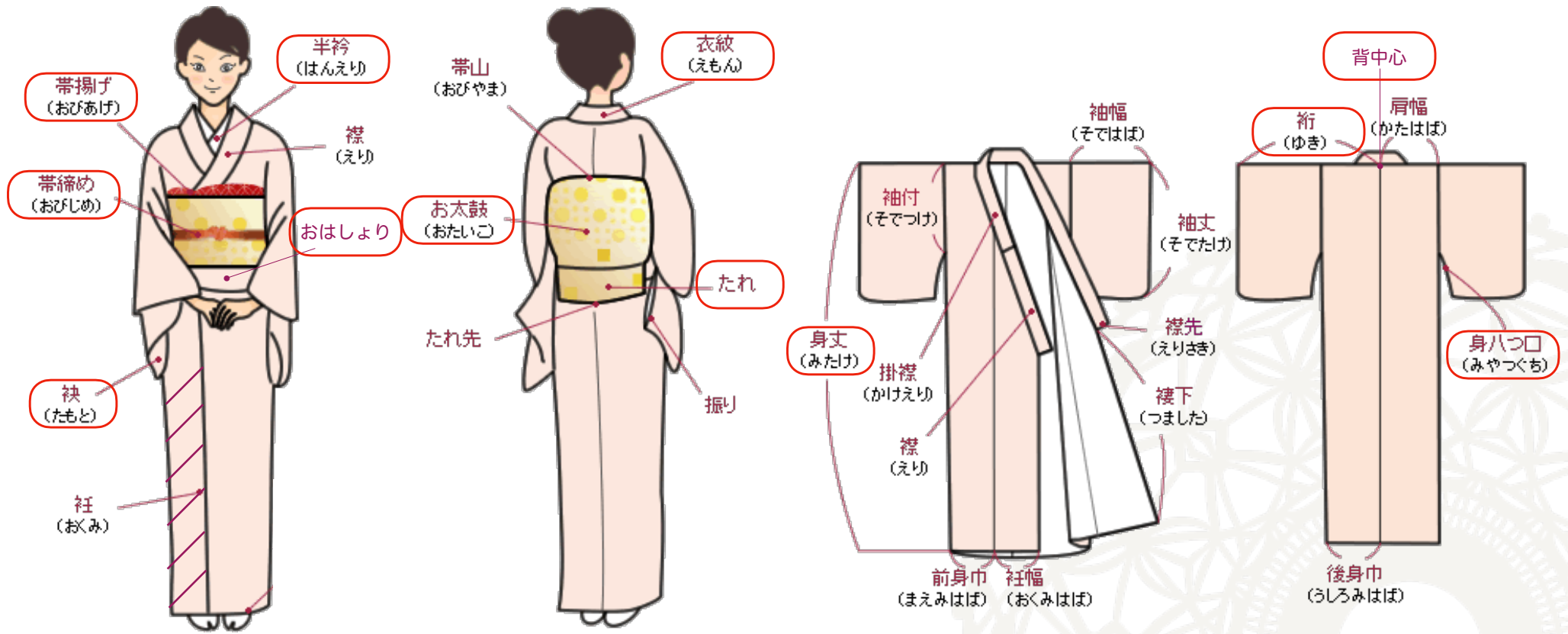
着物を着ていきたい場所はどこですか？

(例：気軽なランチ会、ホテルディナー、パーティー)

1年後、着物を着て、誰とどんな風に過ごしているでしょうか？

(例：夫婦でクルージングに行って着物を着る、友人と着物でパーティーに出席する)

着物の名称



赤マルのしてある名称は覚えましょう

着物の格

フォーマル



格

カジュアル

やわらかもの

後染めの着物（染めの着物）

絹糸を織って布にしてから、その布を染める

かたもの

先染めの着物（織りの着物）

染めた糸を織り、布にする

振袖 留袖

訪問着

附下

色無地 江戸小紋

小紋

御召

紬

やわらかもの

留袖（黒留袖、色留袖） 黒留袖は既婚女性の第一礼装。裾のみに柄が入っている。



やわらかもの

訪問着 「絵羽」と言われる模様付け（柄が一枚の絵のようにつながる模様）



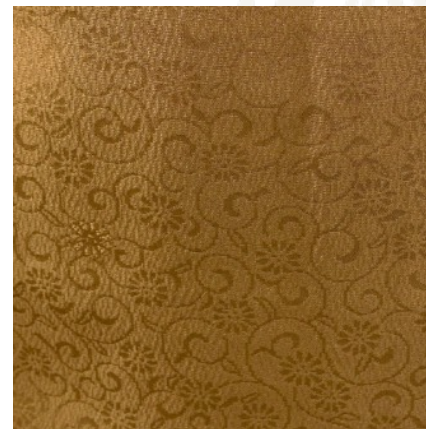
やわらかもの

附下（付下） 訪問着に比べて、柄が地味。すっきりとした柄付け



やわらかもの

色無地 白生地に黒以外の色で一色で染まった着物



やわらかもの

小紋

細かい模様が全体的に入っているオシャレ用の着物



やわらかもの

江戸小紋

一見すると無地に見えるほどに小さく細かい柄。小紋の中では一番格がある。



かたもの

御召（お召し）

正式には御召縮緬（おめしちりめん）と呼ばれる。織の着物の中では角が一番上。全体に輝くような光沢がある。色柄によってはお茶席や式典に着用できるものも。



かたもの

紬

節のある紬糸で織られた生地は、落ち着いた光沢と凹凸のある表面が独特の風合いをかもし出している。丈夫で軽く、普段着やちょっとしたおしゃれ着におすすめ



帯の種類

織の帯のほうが染めの帯よりも格が上

丸帯

花嫁衣裳や、舞妓さんがしている帯

袋帯

長さが420cm～450cm →二重太鼓に仕上げる。

金糸銀糸が使われているものは格が高く、
結婚式などのフォーマルなシーンで使われる。

しゃれ袋帯や、染めの袋帯は、軽めの装いに。



名古屋帯

長さが350cm～380cm →一重太鼓に仕上げる

「名古屋仕立て」と言って、
途中まで半分に折って仕立ててあるものも多い。
金糸銀糸を使っているものは、格が上がる。



帯の柄 (袋帯、名古屋帯共通)

全通 (ぜんつう)



六通 (ろくつう)



ポイント柄 (お太鼓柄)



着物を着るシーン「格」

フォーマル ←

→ カジュアル

	結婚式 (親族)	結婚式 (友人)	卒業式 入学式	お茶席	パーティー	食事会 観劇	ランチ 買い物
フォーマル 留袖 (礼服)	◎						
訪問着 (ドレス)	○	◎	◎	○	○	○	
付け下げ (スーツ、ワンピース)			◎	◎	◎	○	
色無地、江戸小紋 (ワンピース)			○	◎	○	○	
小紋 (ブラウスにスカート)				○	○	◎	◎
カジュアル 紬 (Tシャツ、デニム)						○	◎

← 金糸銀糸のあるフォーマルな袋帯 →

← シャレ袋帯 →

← 金糸銀糸のあるフォーマルな名古屋帯 →

← カジュアルな名古屋帯 →

※立場や、慣例などによっては異なる場合があります。

着物を着る季節

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
袷	←————→									←————→		
単衣				○	○	●			●	○		
薄物							●	●				
浴衣							●	●				

※実際の気候に合わせて多少ズれます
 ※帯、帯揚げ、帯締めも夏用のものに変えます

着物を着るときに必要なもの

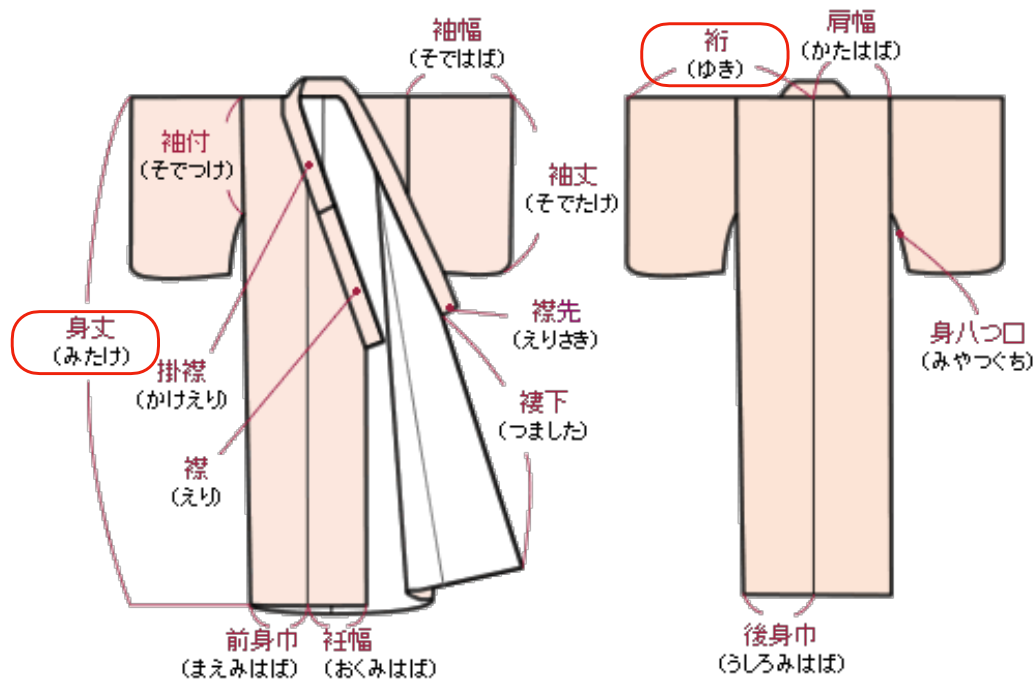
和装ブラ	1	
足袋	1	
肌襦袢	1	
補正用品	1	
タオル	2	
長襦袢	1	
腰紐	3	
伊達締め	2	
コーリンベルト	2	
帯板	1	
クリップ	3	
枕	1	
帯揚げ	1	
帯締め	1	
草履	1	
着物	1	
帯（名古屋帯）	1	

スターターキット

用途に合わせてご準備ください。

※全通か、六通のもの

着物のサイズ



- ★身丈：身長 ± 5 cm
- ★衿：首の付け根から手首のくるぶしまでの長さ
- 袖丈：標準寸法【49cm / 1尺3寸0分】

標準寸法

身長	身丈	衿
150cm	145~155cm	63cm / 1尺6寸6分
155cm	150~160cm	65cm / 1尺7寸2分
160cm	155~165cm	67cm / 1尺7寸7分
165cm	160~170cm	69cm / 1尺8寸0分
170cm	165~175cm	71cm / 1尺8寸8分

着付けの流れ

- 1、和装ブラをつける
- 2、足袋を履く
- 3、肌襦袢を着る
- 4、補正する（胸、腰）
- 5、長襦袢を着る（伊達締め）
- 6、着物を着る（腰紐、コーリンベルト、伊達締め）
- 7、帯板をする
- 8、帯を締める（枕、帯揚げ、ひも、クリップ、帯締め）