



# 就活応援通信 epi.15



証明写真も手を抜かずに！！  
応募書類の添削は、ジョブカフェさくらで！

画像：doda キャンパス(ベネッセ)より引用

男性

女性



おでこと耳周りを出す

口角を上げて  
歯が見えない程度に  
微笑む

ネクタイを  
上まで締める

第一ボタンまで  
締める

## 就活証明写真 の3つの流儀

### 流儀1

“好印象な表情作り”で写る

表情の作り方のポイントふたつ。

- ① 普段の顔よりも少しだけまぶたを持ち上げ、歯を見せない程度に口角を上げること
- ② 少しだけ意識して微笑むくらいが良いでしょう。無表情は避けましょう。



### 流儀2

“キレイな姿勢”で写る

顔や髪型、肩の位置ばかりではなく姿勢も重要なポイント！

- ① 座ったときに、お尻をぐっと後ろに引きましょう。胸を張りすぎないためにも効果的。
  - ② 手のひらを太ももの上で組む。腕まわりをすっきりと見せることができます。
- ※写真に写らない部分にも気を配ると、全身だけではなく表情からも緩みが消え、凛と引き締まった証明写真を撮影することができます。

### 流儀3

“整えた身だしなみ”で写る

履歴書を見る人のために撮るものです。

- 男性の場合は、ネクタイの曲がりや髪の毛のハネ、寝癖など自分では見えにくい部分に注意。
  - 女性なら襟元の乱れと共に、前髪やサイドの髪が顔にかかって表情を隠していないかを確認。
- ※また化粧が派手すぎないか、崩れがないかチェック。化粧は極力、爽やかな印象のナチュラルメイクを。

