

このメールマガジンは、メールでの情報提供を希望する登録者のみなさま及びスタッフが名刺交換をさせていただいた方へお送りしています。

/// I N D E X ///

- ・特集…………… 面接で良くあるお悩みQ & A (服装編)
- ・支援情報…………… 壱岐市 無料法律相談会を開催します。
- ・3月の予定…………… 定期法律相談
- ・編集後記…………… 春の冷え

■ 特 集 ……………

◆面接でよくあるお悩みQ & A (服装編)  
就職活動を開始するにあたって「どんな服装で面接に臨めば良いのか？」ということもまた、頭を悩ます問題です。  
そこで今回は、就職活動で気をつけたい、服装に関するマナーについて、ご紹介します。

- Q. 面接の時には、やはりスーツが良いのでしょうか？  
また、色はどんな色を選べばいいですか？
- A. 好感を持ってもらえる服装は、やはりスーツ。女性であれば上下揃ったスーツでなくてもジャケットを着用すれば、問題ありません。  
色は男性ならば黒か紺、女性は黒・紺・グレーなど落ち着いた色で、シンプルなデザインを。  
きちんとサイズが合っているかどうか重要なポイントです。  
また女性の場合、スカートとパンツ、どちらでもOKですが、迷うようであれば、スカートをお勧めします。  
スカート丈は膝がちょうど隠れるくらいが好印象です。
- Q. インナーで気を付けることは？
- A. 基本はYシャツや襟付きのブラウスですが、女性はジャケットに襟が付いているなら、丸首のブラウスでもOKです。  
インナーの色は、清潔感のある白で、無地のものが良い、とされています。  
シワや汚れが無いかな必ずチェックしてください。
- Q. 靴の色は黒ですか？ヒールの高さはどれくらいがいいですか？
- A. 靴は男女とも飾りのない黒が良いでしょう。  
女性の靴のヒールの高さは5cm以下で安定した大き目のものを。  
踵は擦り減っていないか、傷や汚れはないか確認し、綺麗に磨いておきましょう。  
また、靴下は男性は黒か濃い紺が基本です。女性は寒い時期でも暑い時期でもベージュ系のストッキングで。  
足元は意外と見られています。身だしなみには十分気を使いましょう。

エールながさきでは、面接用のスーツや靴、バックの貸し出しを行っております(女性限定)。お気軽にお問合せ下さい。

■ 支援情報 ……………

◆壱岐市にて、無料法律相談会を開催します。

離婚したいけど…養育費や財産分与はようになるの？」  
「いつまでたっても借金が返済できない…」  
このような、養育費、親権、財産分与、借金の問題などを解決するための無料法律相談会を開催します。

【日時】 ・ 平成30年3月24日 (土) 18時～20時  
・ 平成30年3月25日 (日) 10時～14時30分

【会場】 芦辺町クオリティライフセンターつばさ  
(壱岐市芦辺町箱崎中山触2548番地)

【託児】 無料にてお預かりします。※事前にご相談ください。

【申込方法】  
※当日、お越しになれない方についても電話での相談が可能です。

※事前予約制となっております。なお、予約の際、相談員による相談内容確認をお願いしております。時間は、お一人様30分です。

■ 3月の予定

◎「YELLながさき定期法律相談」  
3月14日（水）13:00～16:00  
《事前予約受付中》

※遠方の方で来所相談が難しい方は、電話法律相談受付も  
行っております。まずはご相談ください<(\_ \_)>

■ 編集後記

◆春の冷え

明るいお陽さまに恵まれる日もあり、春が少しずつ近づいてきてきているのを感じます。  
しかし、まだまだ寒く、体調を崩しやすくなるこの時期は、体を十分温めておくことが大事です。  
体の芯から温まるよう、ゆっくりお風呂に浸かりたいところですが、忙しくて無理という方には、首シャワーがお勧めです。  
首には大きな血管がある為、少ない時間でも温め効果は抜群です。  
38度～42度（熱すぎず、ぬるすぎない温度）にシャワーを設定し、首まわり全体を温めると効果的に身体を温められます。  
また、肩甲骨の間の部分にカイロを貼るなどの対策もお勧めです。  
年度代わりで入学・進級・卒業と忙しい時期でもあります。  
春に備えて体調を整えておきましょう。

最後まで読んでいただきありがとうございました<(\_ \_)>

////////////////////

@YELLながさきのメールマガジン

発行日：毎月2回発行（休刊：祝日、年末年始など）  
※ご意見ご感想はこちらまで  
yell@nagasaki-shi-boshikai.jp

@YELLながさき通信

毎月、情報誌「YELLながさき通信」を発行しています。  
ご購入希望の方はご連絡ください。  
また、ホームページからも読む事が出来ます。  
[http://www.yell-nagasaki.jp/yell\\_tuushin](http://www.yell-nagasaki.jp/yell_tuushin)

@フェイスブックページでも情報発信しています。

あわせてご覧ください<(\_ \_)>  
<https://www.facebook.com/yellnagasaki>

@応募書類作成支援

YELLながさきでは、職務経歴書の書き方からパソコンでの作成・印刷までサポートしています。何か不安な事、分からない事がありましたら、ぜひご相談ください。  
また、メールでの添削・アドバイス等もしております。

※今後、本メールマガジンが不要な方は、ご面倒ですが、

下記アドレスまでメールを送信ください<(\_ \_)>

yell@nagasaki-shi-boshikai.jp

【件名】メルマガ配信解除  
【本文】①名前 ②フリガナ

////////////////////////////////////

【発行元】

■ YELL（エール）ながさき  
■ 長崎県ひとり親家庭等自立促進センター  
■ 〒852-8108 長崎県長崎市川口町長崎西洋館2階  
■ TEL:095-813-0800 FAX:095-848-1112  
■ MAIL:yell@nagasaki-shi-boshikai.jp  
■ HP:<http://www.yell-nagasaki.jp/>

////////////////////////////////////

※本メールは「MSゴシック」などの等幅フォントで最適に表示されます。

////////////////////