

セルフ採寸(メジャー採寸)の測定箇所と計測方法

採寸時の注意点

- 正確な採寸を行うため、パーカー、トレーナー、セーターなど厚手の服は脱いでください
- 体調のすぐれないときや食後は避けてください
- 水平に採寸する為、なるべく鏡等をみながら測ってください
- 肩の力を抜いてリラックスした状態で測ってください
- メジャーをきつく締め付けすぎないでください

ネック

首の中心位置を自然な状態で測ります



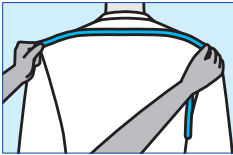
ヒップ

自然に立った状態でヒップの一番大きい部分を水平に測ります



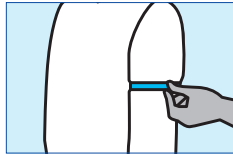
肩幅

左右の肩先点間を体表に沿って水平に測ります



腕囲り

上腕の最も太い部分の囲りを水平に測ります



バスト

胸の囲の一番大きい部分(ワキの下)を水平に一周して測ります



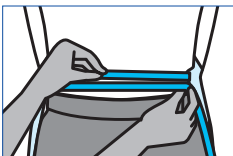
もも囲り

上ふとももの最も太い部分の囲りを水平に測ります



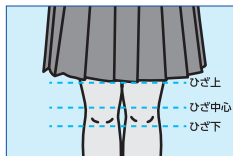
ウエスト

一番くびれているところで一周させ、水平にフィットさせて周囲を測ります

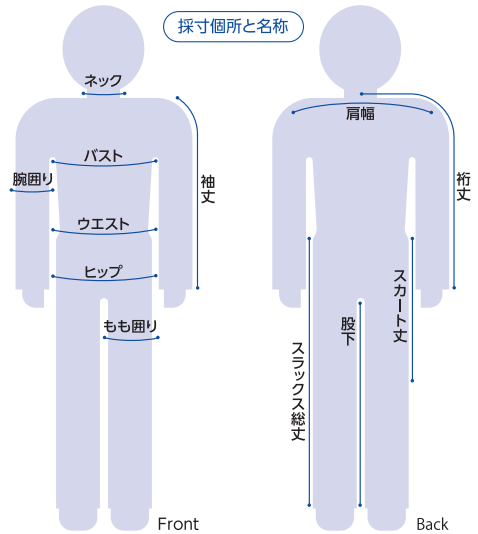


スカート

下を向かないよう真っ直ぐ前を向かせます(学校の規定をご確認ください)

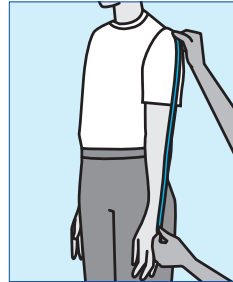


採寸箇所と名称



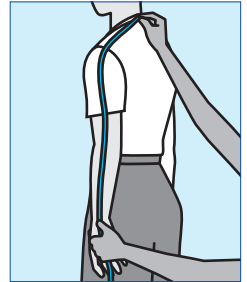
袖丈

肩先点から手首のくるぶしがかくれる点までの長さを測ります



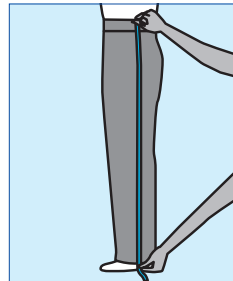
裄丈(ゆきたけ)

首の付け根から、肩先点を通り手首のくるぶしが隠れるまでの長さを測ります



総丈

ウエストの上端から裾までを脇線に沿って測ります



股下

平らな場所で内股を股の付根から裾まで測ります

