

# 特需-生活管理 上課講義

## 合宜的穿著

教師：

班級：

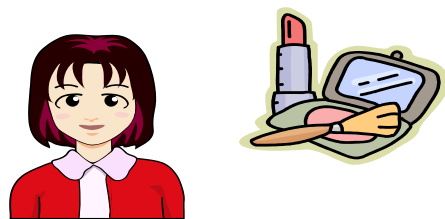
姓名：



# 上學及面試時的服裝儀容

## 1. 儀容整齊

### (1) 頭髮



頭髮以整潔、清爽為原則。女生如果留長髮最好用髮飾固定好，或是綁起來。男生的頭髮，要注意是否梳理整齊。

※請同學思考男生可以留長髮嗎？如有留長髮應該注意時什麼？

### (2) 臉部

女生要化上淡妝，略上粉底或擦些口紅。男生要把鬍子刮乾淨。

## 2. 穿著樸素

### (1) 男生

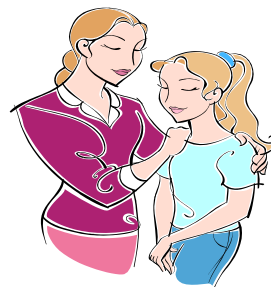


最好穿著西裝並加上領帶，皮鞋要擦乾淨，並穿深色的襪子，穿著盡量樸素。






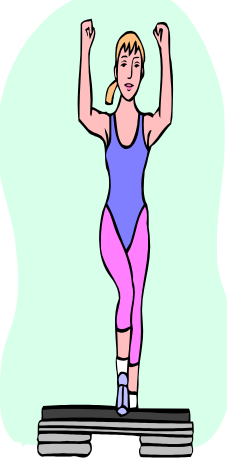
### (2) 女生

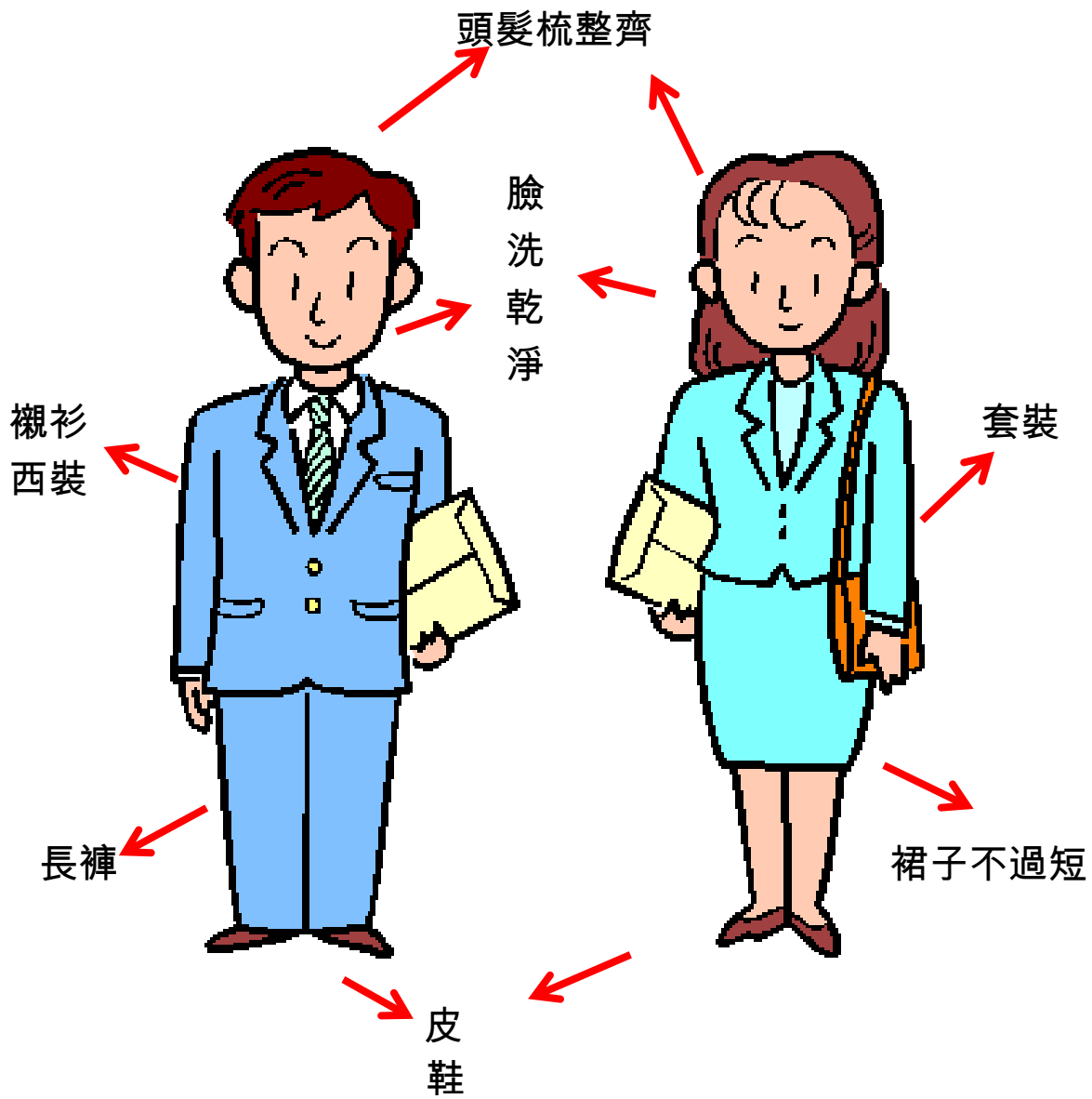
穿著淡雅不易皺的衣裙或套裝，並穿著不露腳趾的鞋子。不要穿著緊身、透明、低胸以及太過花俏的衣服，也千萬不可穿著涼鞋或拖鞋。

※女生穿著注意事項，男生也需要留意嗎？



下列哪些服裝才是適合上學或面試的場合？請在( )中打○，  
不適合的打x。

			
<p>( )</p>	<p>( )</p>	<p>( )</p>	<p>( )</p>
			
<p>( )</p>	<p>( )</p>	<p>( )</p>	<p>( )</p>



## 作業單

### 【保持服裝儀容的整潔】

#### 一、選選看

如果你是一家餐館的女性清潔員，你的服裝儀容應該如何呢？請在你認為的圖下畫○。

1. 	2. 	3. 	4. 
5. 	6. 	7. 	8. 

#### 二、是非題


- ( ) 1. 工作中吃檳榔或是抽菸可以保持頭腦清醒，不會影響工作的品質。
- ( ) 2. 夏天天氣熱，工作容易流汗，所以打赤膊和穿夾腳拖鞋上班最方便。
- ( ) 3. 男生留鬍鬚是很有個性的表現，所以外出工作不用特別把鬍子剃乾淨。

## 遵守禮節，讓人留下好印象

### 一、正確的在 ( ) 內打 V

1. 面試時的服裝儀容：			
	T 恤短褲		襯衫長褲
	( )		( )

2. 見到面試官時要：			
	打招呼		不理人
	( )		( )

3. 和面試官談話時的表情：			
	畏縮害怕	大方	有禮
	( )		( )