



第1章 身だしなみとマナー

目次

- 1 挨拶
- 2 姿勢
- 3 言葉
- 4 身だしなみ
- 5 携帯電話

1.1 挨拶

働く場所=ビジネスの場では<違和感のない>挨拶をするとき、会社程度のお辞儀も一緒にすることが自然な動作ですが、お辞儀は場面によって角度が異なります。

1.2 姿勢

両手をおへその高さで軽く組み、肘を「く」の字に曲げます。腰を締めることは間違います。鏡の前に立ち、姿勢チェックをしてみたり、スタッフ同士で確認合うのも良いですね。

1.3 挨拶の角度

両手をおへその高さで軽く組み、肘を「く」の字に曲げます。腰を締めることは間違います。鏡の前に立ち、姿勢チェックをしてみたり、スタッフ同士で確認合うのも良いですね。

必ず立ち止まり、挨拶をします。
歩きながらお辞儀をするのは、失礼です。

1.4 挨拶の角度

会社 普通礼(敬礼) 最敬礼

1.5 挨拶の角度

背中と首が一直線になるよう「腰」から折り曲げます。
首は曲げません。

1.6 挨拶の角度

2017年7月22日

POINT 挨拶

「おはようございます」を使う時間の目安

NHKのテレビ番組では9時まで、秘書検定では10時まで使っています。一方、百貨店では11時まで使っていました。一般的に、何時という線引きはないようですが、状況に応じて使うのが良いようです。

1.7 挨拶の角度

「密接距離」
0~45cm
「個体距離」
45~120cm
「社会距離」
1.2~3.5m
「公衆距離」
3.5m

1.8 挨拶の角度

| 地位 | 貴賤 | 小量 |
|----|-----------|---|
| する | 挨拶する | ビジネスシーンで使うことの多い「頂戴する・拝受する」などは、自然と出てくるよう覚えておくと良いでしょう。 |
| なる | 差し上げる | 「おおせん」、「おひなせん」などは、お寿司、お台所、お玄関、お茶、お電話、お年賀、お禮等でよく使われます。 |
| する | 存じる・拝察する | 「おおせん」、「おひなせん」などは、お寿司、お台所、お玄関、お茶、お電話、お年賀、お禮等でよく使われます。 |
| する | 拝察する・検討する | 「おおせん」、「おひなせん」などは、お寿司、お台所、お玄関、お茶、お電話、お年賀、お禮等でよく使われます。 |

1.9 挨拶の角度

ビジネスシーンで使うことの多い「頂戴する・拝受する」などは、自然と出てくるよう覚えておくと良いでしょう。

1.10 挨拶の角度

おおせん、おひなせん

1.11 挨拶の角度

おおせん、おひなせん