

ラクチャ通信

2020
夏

第22号

特集1

備えて安心

自宅でも

介護予防に

取り組もう

特集2

「みんなと」つながって

介護・フレイル

予防



すっきり涼しさ魅せ！ 2020夏・スタイリングのコツ

シニアにおすすめの夏のトレンド・アイテムはリネン素材のボリュームシャツ。ゆったりしたシルエットで着やすく涼しいので夏にぴったりです。最近では質が良く安価な麻100%素材のシャツが増えていますが、麻独特のシワ感が苦手な人は綿混がいいでしょう。せっかくならオレンジやピンクといった明るい色ものや、チェックやストライプなどの柄ものを選び、普段よりワンサイズ上のシャツを取り入れてみてください。

ボリュームシャツをおしゃれに着こなすポイントは「袖」と「襟」。長袖なら好きな長さまでロールアップできるのでダブついて見えません。襟元が開きすぎる場合はインナーにキャミソールなどを合わせます。男性はTシャツの上に羽織ってしまいがちですが、シャツ1枚でボタンを止めて着るのが今風。襟元は喉仏の下指3本くらいまで開く程度に。男女とも、ボトムスにはハーフ丈くらいのパンツを合わせて爽やかに。帽子などの小物にもこだわって、さらにおしゃれを楽しんでみましょう。

今回のまとめ

- 普段よりワンサイズ大きいシャツを選んで今年風に
- 袖がダブつかない、襟が開きすぎないように注意
- 男女ともにハーフパンツを合わせて夏らしく

毎日いきいき過ごすための



おしゃれ 講座



●監修

橋本ワコさん

パーソナルスタイリスト&メイクアップ・アドバイザー (waco styling代表)、スポーツビューティ・アドバイザー (一般社団法人日本スポーツビューティ協会代表理事)、薬膳セラピスト。ファッション、メイクを軸に専門技術を独自の視点で生かした「トータルで人を輝かせるスタイリング」を追求している。テレビ、雑誌、イベント出演など幅広く活躍中。



イラスト/かまたいくよ