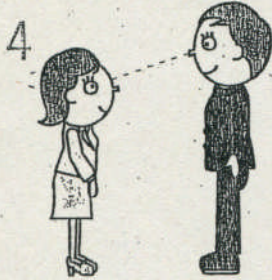


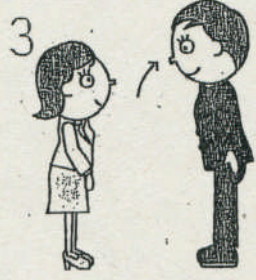
時と場合に応じたおじぎができるようにしましょう！

おじぎの基本

おじぎの基本



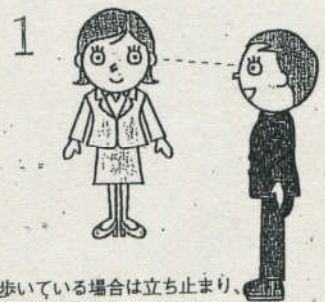
4 頭を上げたら、もう一度相手の目を見る。



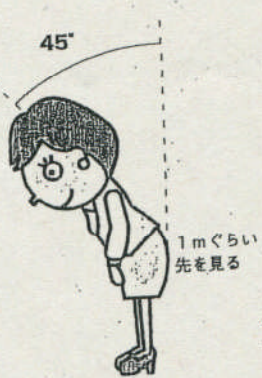
3 ゆっくりと体を起こす。相手より先に頭を上げないつもりで。



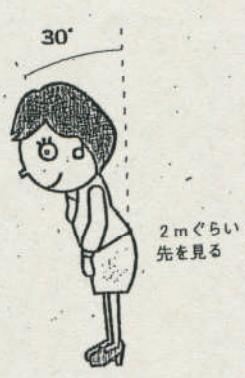
2 視線を自然に下に下ろしながら頭を下げる。



1 歩いている場合は立ち止まり、相手の目を見る。



最敬礼 (もっとも丁寧なおじぎ)



敬礼 (一般的なおじぎ)



会釈 (軽なおじぎ)

こんなときはどのおじぎ？

- ① 会社で初めて自己紹介するとき
- ② 会社で担当の方と朝会ったとき
- ③ 会社(お店)でお客様をおむかえするとき

※ それでは、やってみよう！

おじぎをきれいに見せるポイント

- ・背筋をまっすぐに伸ばし、腰から折り曲げる。
- ・首を曲げない。
- ・男性は腕を体の脇に。女性は体の前で両手を軽く重ねる。
- ・指先を伸ばす

