

もくじ

まえがき

2

第1部 普段の着物と特別な着物

第1章

日常を彩るカジュアル着物

12

カジュアル着物は難しくない

.....

12

自由な発想で気軽に着てみましょう

.....

16

カジュアル向けの着物

.....

17

どんなところに着ていく？

.....

36

第2章

伝統と格式を重んじるフォーマル着物

41

フォーマル着物のルール

フォーマル向けの着物

着物と季節

こんな場面ではフォーマル着物で

華やかな非日常を味わいましょう

.....

.....

.....

.....

.....

41

44

49

52

55

第2部 着物のはじめ方

第3章

着物を購入する

58

着物を手に入れるには

信頼できるお店を見つけましょう

.....

.....

58

66

第4章

着物を着られるようになりたい

74

着付けを学ぶ

着付けの練習をする

77 74

第5章

着付けがもつとうまくなりたい

81

もつとうまくなるためには

あなたの着付けのお悩みは？

着物で動いてみましょう

着物でこんなことも

自分らしい着物姿を目指し、楽しんで

81 84 95 96 100

第3部 日常使いの着物術

第6章

着物で出かける

104

あると便利なもの

暑い日に工夫すること

寒い日に工夫すること

食事するとき

雨の日に工夫すること

そのほか気になること

着物を着る前、着たあととはここをチェック

129 124 122 120 115 111 104

第7章

身近なもので個性派コーディネート

134

衿もと

帯まわり

137 135



第8章

サイズに関するお悩み解決法

146

そのほか洋服用アイテムを取り入れてみる

142

小さめの着物の場合

147

大きめの着物の場合

150

短めの帯を締めるときのアイデア

152

手作りを楽しむ

155

168

まとめ

あとがき

参考文献

173 170