

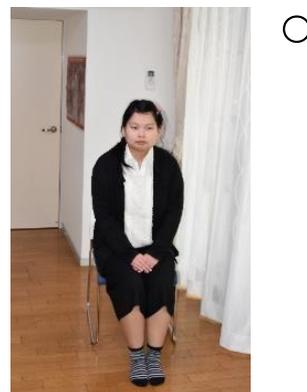
## ビジネスマナー ③座り方・立ち方

### 1. 座り方

背中を背もたれにもたれない

男性：手は軽く握る 女性：手を重ねる

足：男性・・・肩幅くらい開く 女性・・・閉じる



### 3. 座礼 (座って礼をする場合)

首だけを曲げない。腰から曲げる



### 4. 立ち方

イスの左側に立つ

起立の姿勢：かかと・膝をしめる

男性：手は体の横に付ける

女性：手はへその下で重ねる

