



## shonan Seaside\_採寸表

採寸日 年 月 日

お名前

1	身長 <small>しんちよう</small>		cm
2	体重 <small>たいじゆう</small>		kg
3	総丈 <small>そうたけ</small>	A点から内くるぶしの中心まで(まっすぐ測る)	cm
4	背丈 <small>せたけ</small>	A点から尾てい骨まで(まっすぐ測る)	cm
5	A点～ <small>また</small> 股	A点からまたの付け根まで(まっすぐ測る)	cm
6	股下 <small>またした</small>	またの付け根から内くるぶしの中心まで	cm
7	首囲 <small>くびまわ</small>	首の最も細いところ	cm
8	上胸囲 <small>じょうきょうい</small>	自然に腕をおろし、わきの下まわり	cm
9	胸囲 <small>きょうい</small>	自然に腕をおろした、乳頭胸まわり	cm
10	腹囲 <small>ふくい</small>	へソの上の一番細いウエストまわり	cm
11	下腹囲 <small>かふくい</small>	一番突出した下腹まわり	cm
12	尻囲 <small>しりまわり</small>	尻部で最も太いところ	cm
13	大腿最大囲 <small>ふとももさいだいまわり</small>	太もも付け根の一番太いところ	cm
14	大腿中間囲 <small>ふとももちゅうかんまわり</small>	太もも付け根から、ひざ皿の中心まで	cm
15	ひざ上囲 <small>うえまわり</small>	ひざ上のまわり	cm
16	ひざ下囲 <small>したまわり</small>	ひざ皿下のまわり	cm
17	ふくらはぎ囲 <small>まわり</small>	ふくらはぎの一番太いところ	cm
18	足首囲 <small>あしくびまわり</small>	くるぶしのすぐ上の最も細い部分	cm
19	すね長 <small>なが</small>	ひざ皿の中心内側～くるぶし中心内側まで	cm
20	肩幅 <small>かたはば</small>	肩先～頸椎点を通過して反対肩先まで	cm
21	拵丈 <small>ゆきたけ</small>	腕を45°▶A点～肩先点～手首まで	cm
22	袖丈 <small>そでたけ</small>	腕を45°▶肩先点～手首まで	cm
23	腕付根囲 <small>うでつけねまわり</small>	腕を45°▶腕付根脇下から肩先点まわり	cm
24	上大腕囲 <small>じょうだいわんまわり</small>	腕を45°▶最大腕まわり	cm
25	大腕囲 <small>だいわんまわり</small>	上腕二頭筋の最も膨らんでいる部分	cm
26	ひじ囲 <small>まわり</small>	ひじまわり	cm
27	ひじ下囲 <small>したまわり</small>	ひじのすぐ下の最も太い部分	cm
28	手首囲 <small>てくびまわり</small>	手首の最も細い部分	cm
29	頭囲 <small>あたままわり</small>	頭の周囲で最大の部分	cm
30	足サイズ	足のサイズ	cm
31	アンダーバスト	バストすぐ下の胸囲	cm
32	乳下がり <small>ちちさ</small>	乳頭から垂直に上へ～肩の厚みの中央まで	cm
33	乳頭間 <small>にゅうとうかん</small>	乳頭と乳頭の間	cm