

体操服 サイズの選び方

重要



こちらの資料を読んで、
体操服のサイズ決定・注文をお願いします。

※サイズ決定の流れは中面（サイズ選び/ご注文の流れ）に記載しております。
※制服販売サイトとは異なります。ご注意ください。

計測の上、サイズにお悩みの方は、以下もご利用いただけます。

① 学校でサイズ確認を行う場合

制服・体操服販売会にお越しください。サンプル試着できます。

期間：専願入試の方 2月7日(土)

一般入試の方 3月22日(日)・3月23日(月)

時間：10:00～16:00

場所：札幌光星高等学校 サブアリーナ(1階)

② オンラインでサイズ確認を行う場合

全身写真からAIが身体を測定し、オススメサイズを確認できます。サイズを決める際の参考にご使用ください。
詳細は、オンライン試着方法をご参照ください。

ご注文は専用ネットショップ「スクマ」にて承ります。

※ご注文には、会員登録が必要です。

ご注文は別紙「学用品販売プラットフォーム スクマ」
の案内チラシをご覧ください。

クマのマークが
目印だよ！



ご注意事項

⚠ お支払いについて

専用ネットショップにて事前クレジット決済か
受取時の代引き配送(お届け時現金払い)を選択ください。

⚠ サイズ交換会について

交換送料がかからない、交換会を実施いたします。

交換希望の方は、**4月2日(木)**までにADSSお客様コンタクトセンター(0120-998-344)へご連絡ください。

日 時

2026年4月3日(金)新入生説明会前

会 場

学校指定教室

※個人ネーム入りの商品は、申込後のサイズ交換・返品はお受けできません。

ご注意ください。

- ・お問い合わせ日時によっては、交換が使用日に間に合わない場合があります。
予めご了承ください。
- ・お届け時に付属物を、紛失・破損した場合は、交換不可となります。ご注意ください。
(例:商品タグ・商品の入ったビニール袋・箱の紛失・商品ヘネーム等を記入したもの)

⚠ 購入不要の方はこちら

※お譲りなどで購入されない商品については、

デザイン・刺繡名等をご確認の上、正しい商品のご準備をお願いいたします。

<対応方法>

体操服購入サイトへ会員登録後、ページ下部のお問い合わせより

「ご入学校名」と「生徒様名」、お問い合わせ内容に「受験番号・購入不要」のコメントを入力し、ご連絡をお願いいたします。

体操服・商品一覧

学校指定購入品

| アイテム名 | 価格(税込) | 推奨注文数 |
|---|--------|-------|
| <input type="checkbox"/> ジャージ上(ネーム刺繡あり) | 7,950円 | 1枚 |
| <input type="checkbox"/> ジャージ下(ネーム刺繡あり) | 5,650円 | 1枚 |
| <input type="checkbox"/> 半袖シャツ(ネーム刺繡あり) | 4,500円 | 1~2枚 |
| <input type="checkbox"/> 校内靴 | 4,700円 | 1足 |

希望者購入品

| アイテム名 | 価格(税込) | 推奨注文数 |
|--|--------|-------|
| <input type="checkbox"/> ハーフパンツ(ネーム刺繡あり) | 4,500円 | 0~1枚 |
| <input type="checkbox"/> 3Pスポーツソックス | 1,260円 | 0~1組 |
| <input type="checkbox"/> グラウンドシューズ各種 | 5,860円 | 0~1足 |

※商品イメージはネットショップ内の画像にてご確認ください。

※個人ネーム入りの商品は、申込後のサイズ交換・返品はお受けできません。

ご注意ください。

サイズ選び/ご注文の流れ

今の体型にあったジャージを測定し、サイズスペック表から近いサイズを選択してください。

START

1

必要なものを用意します。

- ・ サイズスペック表（本データ掲載分）
- ・ メジャー
- ・ **今の体型に合った**お手持ちの
ジャージ上下、Tシャツ、ハーフパンツ



Check

詳しい測定方法は
次のページをご覧ください。
YouTubeでも測定方法
が見られます ➡➡➡



今の体型に合った
ジャージで
測定するのが
ポイントです！

2

次のページの測定方法を見ながら
ジャージを測定し、数値を記入してください。

3

サイズスペック表をみて、成長を
見越した注文サイズをご検討ください。

4

パソコン・スマートフォンで
専用のネットショップから注文します。



GOAL!!

測定方法

机など平らな場所にジャージを広げて、メジャーで①～④の長さを測定し、数値を記入してください。

準備物

- ・サイズスペック表（本データ掲載分）
- ・メジャー
- ・今の体型に合ったお手持ちのジャージ上下、Tシャツ、ハーフパンツ

Tops 上物



ジャージ上

| | |
|------|----|
| ① 着丈 | cm |
| ② 身幅 | cm |
| ③ 袖丈 | cm |

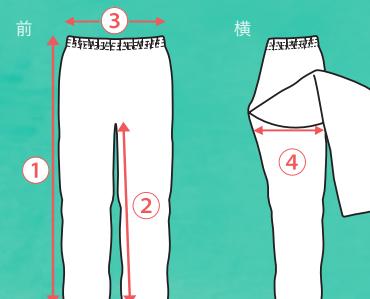


半袖Tシャツ

| | |
|------|----|
| ① 着丈 | cm |
| ② 身幅 | cm |
| ③ 袖丈 | cm |

Bottoms 下物

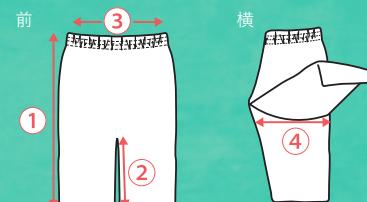
ジャージ下



※太るもの一番太い部分を測定してください。

| | |
|------|----|
| ① 総丈 | cm |
| ② 股下 | cm |

ハーフパンツ



| | |
|------|----|
| ① 総丈 | cm |
| ② 股下 | cm |

※太るもの一番太い部分を測定してください。

サイズスペック表

適合サイズ表

商品寸法ではなく、着用の目安となる数値です。

| サイズ | 2XS | XS | S | M | L | O (2L) | XO (3L) | 2XO (4L) | 3XO (5L) |
|--------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|
| 身長 | 152~158 | 157~163 | 162~168 | 167~173 | 172~178 | 177~183 | 182~188 | 187~193 | 192~198 |
| 胸囲 ^{※1} | 77~83 | 81~87 | 85~91 | 89~95 | 93~99 | 97~103 | 101~107 | 105~111 | 109~115 |
| ウエスト ^{※2} | 63~69 | 67~73 | 71~77 | 75~81 | 79~85 | 83~89 | 87~93 | 91~97 | 95~101 |

※1: 胸囲とは…身幅の2倍(前・後ろ)が胸囲となります。

※2: ウエストとは、ウエスト幅の2倍(前・後ろ)がウエストになります。

※商品はニット素材を使用しています。素材の特性上、誤差が生じる場合があります。(1~2cm程) 予めご了承ください。

※同じサイズでも、製品の素材の特徴やデザインによって着用感が異なる場合があります。

※ ジャストサイズでほどよくゆとりのある商品になります。

仕上がり寸法表

お手持ちのウェアを測り、該当サイズの寸法と比較されることをお勧めします。

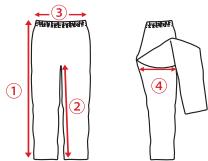


ユニセックス
ジャージ上
NEXSTAGE

| サイズ | 2XS | XS | S | M | L | O (2L) | XO (3L) | 2XO (4L) | 3XO (5L) |
|-----|------|------|------|------|------|--------|---------|----------|----------|
| ①着丈 | 64.0 | 66.0 | 68.0 | 70.0 | 72.0 | 74.0 | 76.0 | 78.0 | 80.0 |
| ②身幅 | 49.5 | 51.5 | 53.5 | 55.5 | 57.5 | 59.5 | 61.5 | 63.5 | 65.5 |
| ③袖丈 | 72.0 | 73.5 | 75.0 | 76.5 | 78.0 | 79.5 | 81.0 | 82.5 | 84.0 |

商品特徴▶ 袖丈が長めですが、袖口のリブで手首にしっかりと止まります。

着丈が長めの設計になります。(ジャストサイズ着用でヒップの半分ほど隠れる丈になります。)

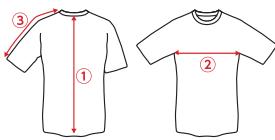


ユニセックス
ジャージ下
NEXSTAGE

| サイズ | 2XS | XS | S | M | L | O (2L) | XO (3L) | 2XO (4L) | 3XO (5L) |
|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|----------|----------|
| ①総丈 | 93.5 | 96.0 | 98.5 | 101.0 | 103.5 | 106.0 | 108.5 | 111.0 | 113.5 |
| ②股下 | 70.0 | 71.5 | 73.0 | 74.5 | 76.0 | 77.5 | 79.0 | 80.5 | 82.0 |
| ③ウエスト幅 | 27.5~ | 29.5~ | 31.5~ | 33.5~ | 35.5~ | 37.5~ | 39.5~ | 41.5~ | 43.5~ |
| ④渡り幅 | 27.0 | 28.3 | 29.5 | 30.8 | 32.0 | 33.3 | 34.5 | 35.8 | 37.0 |

商品特徴▶ 袖丈が長めの設計となります。サイズ選びの際は、ウエストを基準にお選びください。

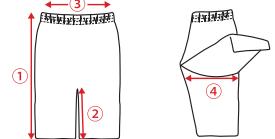
余った裾はお手数ですが、ご自宅で裾上げをお願いします。



ユニセックス
半袖シャツ
NEXSTAGE

| サイズ | 2XS | XS | S | M | L | O (2L) | XO (3L) | 2XO (4L) | 3XO (5L) |
|-----|------|------|------|------|------|--------|---------|----------|----------|
| ①着丈 | 60.0 | 62.0 | 64.0 | 66.0 | 68.0 | 70.0 | 72.0 | 74.0 | 76.0 |
| ②身幅 | 43.5 | 45.5 | 47.5 | 49.5 | 51.5 | 53.5 | 55.5 | 57.5 | 59.5 |
| ③袖丈 | 31.0 | 32.0 | 33.0 | 34.0 | 35.0 | 36.0 | 37.0 | 38.0 | 39.0 |

商品特徴▶ 前かがみになった際に胸元が見えないよう、首元がせばまつた設計になります。



ユニセックス
ハーフパンツ
NEXSTAGE

| サイズ | 2XS | XS | S | M | L | O (2L) | XO (3L) | 2XO (4L) | 3XO (5L) |
|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|----------|----------|
| ①総丈 | 47.5 | 49.0 | 50.5 | 52.0 | 53.5 | 55.0 | 56.5 | 58.0 | 59.5 |
| ②股下 | 24.0 | 24.5 | 25.0 | 25.5 | 26.0 | 26.5 | 27.0 | 27.5 | 28.0 |
| ③ウエスト幅 | 27.5~ | 29.5~ | 31.5~ | 33.5~ | 35.5~ | 37.5~ | 39.5~ | 41.5~ | 43.5~ |
| ④渡り幅 | 27.0 | 28.3 | 29.5 | 30.8 | 32.0 | 33.3 | 34.5 | 35.8 | 37.0 |

商品特徴▶ 膝上げ等運動しやすいよう、前裾が短い設計になります。ジャストサイズ着用で、膝上となります。



オンライン試着方法 [WEAR]

ご注文の際に、全身写真からAIが身体を測定し、おすすめサイズを確認できる仕組みです。

※サイズを決める際の参考としてお使いください。
※実際の画面とは見え方が異なる場合がございます。
画面に沿って進めてください。

トップページ

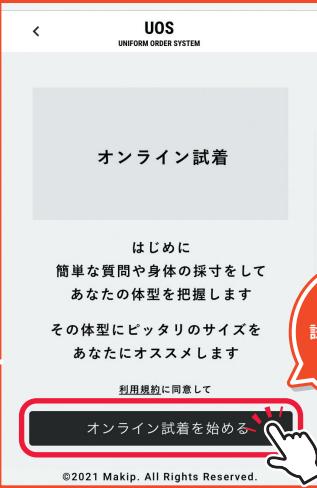


「オンライン試着」
をタップ！

トップページ

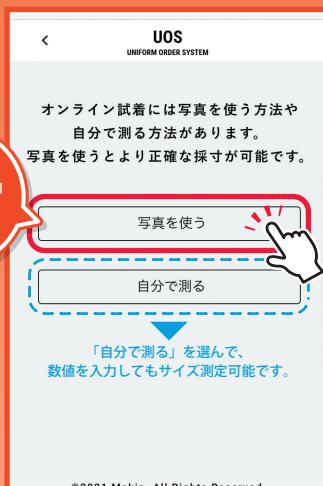


1



「オンライン
試着を始める」
をタップ！

2



「写真を使う」
をタップ！

3



画面の説明にそって
正面と横向きの写真を
撮影してください。
撮影した写真より
サイズを測定します。
写真撮影は、対象者と
撮影者の2名で
行ってください

4

採寸完了

5



商品一覧ページに
戻りますのでサイズ、
数量を入力し、ご注文
を進めてください

6

注文へ進む



スワイプすると
選択サイズの
ゆとりを
確認できます

「アイテム詳細に
戻る」
をタップ！



オンライン試着方法 [SHOES]

ご注文の際に、足の寸法からAIがフィット率を算出し、おすすめサイズを確認できる仕組みです。

※サイズを決める際の参考としてお使いください。
※実際の画面とは見え方が異なる場合がございます。
画面に沿って進めてください。

