PROMISS

膠囊衣櫥檢查表

一份可調整的 18 件單品入門清單。勾選你已有且會使用的單品；這不是必買清單。

依氣候、穿著規範、文化與喜好替換類別。此範例不包含內衣褲、襪子、運動服與專業工作服。

上衣 / 5

☐ 1. 淺色襯衫或女式上衣

☐ 2. 深色襯衫或女式上衣

☐ 3. 舒適的日常針織衫

☐ 4. 簡單的內搭上衣

☐ 5. 喜歡的替代上衣

下身單品 / 4

☐ 6. 日常長褲

☐ 7. 第二件長褲

☐ 8. 半身裙或喜歡的下身單品

☐ 9. 適合場合的休閒下身單品

外搭 / 3

☐ 10. 針織外套或柔軟外搭

☐ 11. 西裝外套或喜歡的外套

☐ 12. 適合天氣的外搭

連身穿搭與鞋履 / 4

☐ 13. 洋裝或連身穿搭

☐ 14. 第二件洋裝或替代選擇

☐ 15. 舒適的工作鞋

☐ 16. 適合當天需求的備用鞋

包款與配件 / 2

☐ 17. 實用的日常包款

☐ 18. 腰帶或實用配件

打造自己的版本

我可以重複搭配的顏色: _____

適合我生活的一項替換: _____

一項值得考慮的實際缺口: _____

每件衣物都試著坐下與活動。查看洗護需求，購買新單品前，先搭出三套穿搭。十八件只是範例，不是你必須達到的目標。