Мијачката народна носија е застапена не само во мијачката етничка целост, туку таа е распространета и надвор од неа во други етнички предели и ги опфаќа овие населби: Смилево (Битолско), Папрадиште и Ореше (Велешко), Ехловец (Кичевско) и Крушево.

Главна одлика на оваа носија е особено богатиот алов и "кинат" - ажуриран вез, кој главно е застапен на женската носија, и тоа претежно распореден на ракавите и предниците - "партите" од кошулата. Покрај тоа, уште се одликува со изобилство на реси распоредени речиси низ целата носија, како и со метален накит, кои на оваа облека & придаваат достоинствен и господарствен изглед. Носијата на Мијаците укажува за нивното бољарско (царско) потекло. Особено со такви богати украси на вез, накит и друго, се одликува невестинската носија. Белите клашнени облеки, украсени со црни гајтани, се главни одлики на машката мијачка носија. Ова е условено од климатските и стопанските услови во кои тие живееле (живеат) како сточари во планинските предели на планината Бистра, Стогово, Крчин и Кораб.

Мијачката женска народна носија изобилува со голем број детали:

1. Минтан - долна облека од клашна, украсен на предниците и ракавите со кадифе, згора извезен со срмено "букме" и гајтани. Вез - "лоза" се закопчува со сребрени филиграснки петлици.
2. Кошула "тнока" - од домашно дебело платно, целосно извезени ракави. Го добила името по главниот орнамент застапен на ракавите и кошулата.
3. Елек - од домашно платно, предниците потплатени со "свита" - чова и згора украсени со срмени гајтани и позлатени петлици.
4. "Клашненик гувеалски" - горна облека, од домашна бела клашна. Предниците - "свитките" богато извезени со срмени и "алосани" гајтани, "букме" и позлатени "петлици". Долу клашеникот е украсен со гајтани и бикме. Наместо ракави има "паткавици" - "рокави" (украсни парчиња што се спуштаат низ плеќите).
5. Појас - ткаен четворно од "чиста" црвена волна. По краиштата богато украсен со "киски" - реси.
6."Препашка" - појас, лито ткаена од алова преѓа со прави шарки, по краиштата украсена со "китови" - реси и "поплети".
7. "Ризинче" - свилено шамивче, индустриски производ.

8. "Фута стамболска" - скутина, цариградска копринена, украсена со "колца".
9. Шамија - свилена со "киски" - реси, индустриски производ.
10. "Чапрази" - со "трепетушки" - пафти со срмен колан.
11. "Низалка" - накит за потпојас, со три реда синџири поткитени со сребрени пари, кувенџиска обработка.
12. Ѓердан поткитен со "дубли" - златни пари.
13. Чорапи "гувеалски" - плетени од волна, ишарани со шарбите "петнаесет игли" и "девет игли".
14. "Врзаници" - невестински чевли, направени од жолта и црвена кожа "сафтијан", ишарани со "з'мба".
15. "Калемќар" - волнена шамија за на глава, индустриски производ.
16. "Игла" од сребро - накит за на глава со четири реда синџири, а на средина со чапрасчиња, кувенџиска изработка.
17. Ушници со трепетулки - накит за над уши.
18. "Плетеници" - украс за на коса, направени од волнени "алосани киски" – рески, украсени со плетеници и "жапки".
19. "Сокај" - украс за на глава, направена од алова "свита" - чова и платно. Долниот дел украсен со срмени ширити и китки.

Мијачката машка народна носија:

1. Кошула - од тенко домашно памучно платно.
2. "Жамадан" - минтан од "свита" - чова, со капаци околу рабовите опточени со машински "тегели" од жолт и црвен конец од макара. Предниците и ракавите украсени со купечки "петлици" - копчиња.
3. "Бечви" - од бела клашна насекаде по рабовите украсени со црни гајтани, од страните имаат по два "жеба" - џеба, а напред кај "кутелецот" има два цепа за полесно облекување на бечвите.
4. Појас - исткаен од "чиста" - вишна волна, четворна ткаенина со прави шарки.
5. "Зобанче зетовско" - од темна или црна клашна. Горна облека долга до појас со "ќулавка" - широка јака која се употребува како засолница од лошо време, дожд, ветер и друго и куси "рокави" - ракави, терзиска изработка.
6. "Кече" - капа од црн сатен, украсено со "машински тегели", занаетчиска изработка.
7. "Чипили" - чевли од црна кожа. Чевларска изработка.
8. Чорапи - "ластиклии", плетени од црна волна.

Во овој дел користени со материјали од публикацијата "Македонски народни носии", во издание на Етнолошки музеј на Македонија, од 1963 година.