

優雅女人穿搭聖經



[優雅女人穿搭聖經_下载链接1](#)

著者:石田純子

出版者:太雅出版有限公司

出版时间:2012-11-30

装帧:平装

isbn:9789866107795

日本人氣造型師 石田純子

教你如何「讓自己看起來更有品味」的最強穿搭術！

讓自己徹底擺脫「老氣」、「沒質感」、「一成不變」的感覺！

享受品味穿搭帶給你的自信、元氣、產生勇氣、讓你每天快樂與好心情

你是不是也有這種經驗？打開衣櫥，忙碌了很久，但還是不知道怎麼穿搭最有品味？眼看約會又快遲到，最後還是穿回老套的衣服出門。每次逛街回家，總會買下一些讓自己有點後悔的衣服，就因為妳不確定它的細節是不是適合自己

任何年齡都要找到自己時尚的品味，那才是質感。

本書內容並不著重在時髦的打扮，也不吹捧時尚品牌的服裝，石田純子主要是教你如何「讓自己看起來更有品味」的裝扮，包括每個穿搭的細節，單品的運用舉例和練習，都講述的仔細清楚，並以圖片直接說明，讓人更容易理解「原來要這樣穿搭」。

掌握石田純子的穿搭法則，就可以讓自己的穿搭永不退流行；抓住時尚的精隨去採購，誰說打造品味一定要花大錢？現在就學會石田純子的高超穿搭技巧，讓自己輕鬆變成有品味的時尚女人！

妳一定要學會的石田純子最強時尚法則：

Lesson 1優雅女人的穿搭基本法則

不會穿搭沒關係，只要瞭解基本法則就能領悟

如何為自己「選對衣服」！

法則1 創造身材曲線

法則2 選色

法則3 改變單一材質的視覺感

法則4 調整穿搭比例的平衡感

Lesson 2活用基本單品 提升穿搭能力

妳一定有一兩件白襯衫、黑色高領套頭衫……

為什麼和別人比起來就是覺得不夠有品味？

如果不能試穿，要如何買了不後悔？

Check關鍵大公開

Lesson 3更接近「你想給人的印象」

「潮流單品」搭對了青春洋溢，搭錯了，小心裝年輕

重點在：先找出你想給人的印象

Lesson 4讓穿搭技巧更上一層樓

如何運用相同風格的全身穿搭及不同風格的混搭穿搭，
營造個人特色，這正是呈現時尚品味的最高技巧。

甜美風VS個性風

Lesson 5優雅女人顯瘦穿搭理論

一起來學習如何利用飾品轉移視覺焦點、運用顏色
製造出身材曲線或者利用材質製造動感曲線等方法，
讓穿搭不但能時尚又能顯瘦的入門訣竅。

妳該轉變的是

附錄 學習Oshare時尚 應有的態度

1. 從身邊人開始尋找「時尚範本」
2. 善用「全身鏡」找到自己最佳搭配比例
3. 讓自己擁有「漂亮的肌膚」
4. 一定要有「落落大方的走路儀態」

作者介紹:

石田純子

造型師。曾任職文化出版社「裝苑」編輯部。創業後，現從事女性雜誌時尚專頁、廣告與電視等造型工作。也同時為伊藤蘭、紺野美沙子等女演員與女主播的造型師。除此也以服裝造型專家的身分於各大百貨公司的賣場，擔任員工研習教育的講師，並活躍於電視媒體的談話性節目、雜誌專欄等各種領域。

目錄: 7 前言 學會了萬年不敗的穿搭術 對於時尚就不再感到束手無策

13 LESSON1 優雅女人的穿搭 基本法則

14 法則1 創造身材曲線

18 法則2 選色

22 法則3 改變單一材質的視覺感

26 法則4 調整穿搭比例的平衡感

31 LESSON2 活用基本單品 提升穿搭能力

必備單品 白襯衫／內搭背心／丹寧褲／黑色高領內搭衣；圖案單品

花朵圖案／點點圖案／動物紋圖案；外套 西裝外套／圓領外套／不規則罩衫

53 LESSON3 掌握單品特徵 更接近你想給人的印象

54 有品味與樸素的分界線

62 青春洋溢與裝年輕的分界線

63 流行單品的選購方法：寬鬆洋裝／蓬蓬裙／滾邊造型／低腰褲／工作褲

69 LESSON4 重新省視甜美與個性的穿搭平衡 徹底學習穿搭技巧的最高境界

甜美Detail穿搭：袖口滾邊上衣／蝴蝶結／蕾絲；個性Detail穿搭：V領／丹寧

81 LESSON5 看起來簡單的穿搭卻覺得美中不足 優雅女人之顯瘦穿搭理論

82 首先要考慮全身

顯瘦穿搭法則1:製造深V區域／顯瘦穿搭法則2:選擇貼身單品／顯瘦穿搭法則3:縮小頭型的視覺效果／顯瘦穿搭法則4:弄清楚自己是「圓身」還是「扁身」

86 次要考慮身體的每一個部分

下半身／腳(小腿肚)／臀圍&大腿／小腹周圍；上半身／胸部／頸項／手臂；體型／上半身長／身型嬌小／身型單薄／身型壯碩

Column 想要變得Oshare時尚 應有的心態調整14

30 在日常生活中觀察周遭的「時尚範本」

52 利用「全身鏡」找到自己最佳的穿搭比例

68 讓穿搭更加時尚的秘訣之一「漂亮的肌膚」

80 時尚的最終步驟「落落大方的走路儀態」

• • • • • [\(收起\)](#)

[優雅女人穿搭聖經_下载链接1](#)

标签

穿搭

服饰搭配

美型

日本

女性

@女性

评论

还真得很有帮助

[優雅女人穿搭聖經_下载链接1](#)

书评

[优雅女人穿搭聖經 下载链接1](#)