

# 三色妙穿搭



[三色妙穿搭 下载链接1](#)

著者:[日]杉山律子

出版者:北京美术摄影出版社

出版时间:2018-10

装帧:平装

isbn:9787559201546

本书用生动活泼的语言、丰富的示例图片为读者介绍了服装搭配的审美及基本要领，总结出怎样将为数不多的衣服搭配得既能衬托体型，也能提升个人气质的要点。书中配有大量示范图片及所用衣物的品牌，为读者提供购买参考。且每一件单品都是基本款，实用性很强。

本书献给那些迄今为止读了不少时尚书籍，却离美丽还有一步之遥的人们。相信读完本书以后，每一个人的衣柜都会变得熠熠生辉。

## 作者介绍:

杉山律子，日本人气造型师。福冈县出生，现居东京。

在文化服装学院设计师专业就读的同时，以造型师顾问的身份活跃在时尚界。作为造型师独立后，活跃在电影、广告等多种多样的领域。从2016年开始着手做个人造型师的工作，凭借着一双从当造型师的经历中磨炼出来的“审美之眼”，提出了人从五官、内在中流露出的个人气质，与将线条和尺码两个标准贯彻到底的“上身效果最美的穿衣风格”这两个概念。此外，她怀揣着“任何人都可以变美丽”的信念不断开办讲座，活动开展后短短一年的时间里，就和多达150人签订了个人造型师合同，甚至吸引了一些当红女演员。

除此之外，作为整理收纳顾问，她从2010年开始参与模特房间衣柜收纳的咨询计划。同时在超过25个工作地点积累的实际业绩中，总结归纳出了适用于人们每天穿衣搭配的“衣柜格式法”并进行宣传。

## 目录: 序言 3

第一章 明确自身体型，入手基本服饰

第一步 了解自己的体型 26

第二步 遮盖体型 30

第三步 打扮得“微胖” 38

第四步 明确自己的理想形象 40

第五步 入手基本款下装 42

第六步 学会穿白衬衫 50

第七步 入手设计性物品 54

第二章 了解“颜色的统一”

第一步 制定基础颜色 60

第二步 白色是不可或缺的 66

第三步 首先，进行单色搭配 71

第四步 其次，进行基础颜色的三色搭配 76

第五步 用牛仔色和棕色扩大搭配范围 88

第六步 想进一步增加颜色就用添一色的方法 96

第七步 向鲜艳颜色发起挑战 104

第三章 打理包和鞋

第一步 包与鞋的颜色搭配 112

第二步 入手基本款无带女鞋 118

第三步 入手爆款包 124

第四步 入手白色运动鞋 127

第五步 入手实用的环保袋 130

第六步 入手基本款凉鞋 133

第七步 添置主角级别的包、鞋 136

第四章 选择饰品、披肩

第一步 饰品少为宜 140

第二步 首先学会驾驭小件饰品 142

第三步 掌握披肩的用法 145

第四步 添置具有视觉冲击力的饰品 148

第五步 摘掉手表 151

第六步 戴顶帽子 153

第七步 尝试入手围巾 157

第五章 让你的衣柜更好打理

第一步 打造好选衣服的衣柜	162
第二步 放弃“貌似瘦下来就能穿”的衣服	164
第三步 显胖的衣服，现在就赶紧丢掉	166
第四步 通过颜色精挑细选	168
第五步 统一衣架	170
第六步 灵活使用抽屉	173
第七步 将每个物品按颜色渐变法进行收纳	175
第六章 提升品位	
线条比尺码更重要	178
尽量回避甜美风的上装	179
通过方格花布提升个人气质的秘诀	180
显胳膊细的无袖上衣？	181
给肩膀宽和溜肩膀的各位的建议	183
小个子的人单色搭配显得更修长	185
随着年龄增长，领口要变深	186
穿宽松款上衣时要束起头发	188
试试把伞也弄成基本色	189
品牌折扣店是入手高质量商品的良机	190
· · · · · (收起)	

[三色妙穿搭](#) [下载链接1](#)

## 标签

穿搭

生活

女性

在书店看完的书

日本

形象管理

你本来就很美

人与自我—时尚

## 评论

很实用，很好。

-----  
为什么会翻译怎么无聊无用的书

-----  
在书店半小时看完了，其实和自己的想法差不多，基础色搭配，基础款为主，当然我目前水平有限。以后也继续这个方向走，越简单越快乐。

-----  
每一本穿搭书都会讲颜色，这本有容易实操的颜色穿搭方法论，很好实践，图比较少，有些内容不够直观。

-----  
非常基础

-----  
颜色搭配好素，适合职场成熟女性

-----  
适用，但是感觉有点刻板的穿搭

-----  
很有趣的穿搭理念，自己也想尝试三色妙穿搭法，走向气质和成熟。

-----  
少买衣服

-----  
极简

-----  
美丽的第一步，是了解自我。都是基础款和基础配色，入门佳品。  
但好像有印刷错误，P61那选基础色的时候，到底是黑色或灰色、还是黑色或海军蓝色的选择，前后不对应。

-----  
适合的年龄层偏大，不过对衣柜的建议挺有用

-----  
学到了很多东西

-----  
简约搭配 喜欢日系风格的童鞋可以看 哈哈哈

-----  
真的很受用~明星单品可能不适合我们，但是拥有一个永远不会出错的百搭衣橱可是走向时尚的不二之选

-----  
[三色妙穿搭 下载链接1](#)

-----  
书评

-----  
[三色妙穿搭 下载链接1](#)