



MAKIYO

俏丽美人书



川岛茉树代 著



美少女必修学分

底妆超透明！唇彩最水嫩！睫毛无敌卷翘！

眼影神奇酷炫！肤质完美没瑕疵！

当代世界出版社

图书在版编目(CIP)数据

MAKIYO俏丽美人书/(日)川岛茉树代著,

北京:当代世界出版社,2005.5

ISBN 7-80115-955-1/T.14

I.M... II.①川... III.①女性—美容—基本知识

②女性—理发—基本知识 IV.TS974

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第030024号

著作权合同登记号:图字01-2005-2187号

平装本出版有限公司2003年6月出版

青马文化(中国)有限公司独家授权

MAKIYO俏丽美人书 当代世界出版社 2005年11月出版

本书中文简体字专有使用权归当代世界出版社所有

书名:《MAKIYO俏丽美人书》

出版发行:当代世界出版社

地址:北京市复兴路4号(100860)

网址:<http://www.worldpress.com.cn>

编务电话:(010) 83908404

发行电话:(010) 83908410 (传真)

(010) 83908408 (010) 83908409

经销:全国新华书店

印刷:上海商务联西印刷有限公司

开本:889毫米×1194毫米 24开

印张:6

字数:40千字

版次:2005年11月第一版

印次:2005年11月第一次

书号:ISBN 7-80115-955-1/T.14

定价:25.00元

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换。

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载!

本书由皇冠文化集团授权

本书限于中国大陆地区发行

不得销售至包括台、港、澳、星、马、美、加等任何海外地区



美容大王

大S徐熙媛◎著

水果妹水嫩瘦身书

柯以柔◎著

水果妹果漾美女漂亮计划

柯以柔◎著

普拉提自学天书

Maggie Tan 杨灵◎合著

瑜伽自学天书

余丽婵◎著

台湾大长今美容宝典

赖雅妍◎著

徐老师一分钟瘦身操

小S徐熙娣◎著

小脸美人

丁小芹◎著

美丽达人

吴佩慈◎著

MAKIYO俏丽美人书

川岛茉树代◎著



责任编辑：王颖 策划：

简体中文版仅限中国大陆地区发行



MAKIYO

俏丽美人书



川岛茉树代 著



美少女必修学分

底妆超透明！唇彩最水嫩！睫毛无敌卷翘！

眼影神奇酷炫！肤质完美没瑕疵！

当代世界出版社

什么样的彩妆最in?

干净清新底妆+粉彩色系眼影+果冻色泽透明唇彩+柔嫩自然浅色腮红+
浓密纤长翘睫毛!

美肤纤体美人秘诀?

彻底清洁加保湿+告别油脸缩小毛孔+滋润双唇消除黑眼圈+
泡手泡脚又泡澡+每周一次Home Spa+有空就做瘦身操!

最完全的美少女化妆保养秘籍, 让Makiyo一次传授给你。



ISBN 7-80115-955-1/T.14

定价: 25.00元

ISBN 7-80115-955-1



9 787801 159557 >

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

MAKIYO

俏丽美人书

川岛茉树代 ©著





*1

Makiyo 的 sweet 彩妆

PART ONE 美少女化妆入门篇

1. 爱美受安室奈美惠影响 9
2. 宇宙超级无敌爱化妆的 Makiyo 13
3. 入门必学技——马上教你简单上粉底 14
4. 入门必学技——透明的梦幻底妆 20
5. 薄荷、疑问——化妆新手常有的问题 24



PART TWO 美少女化妆进阶篇

6. 彩妆进阶 1——to be 闪灵“刷”手，给自己无敌卷翘睫毛 31
7. 彩妆进阶 2——画魔术般眼影，当电眼美人 38
8. 彩妆进阶 3 看起来美的，、闻起来香的，定 43
9. 的确是不 4——来画水亮亮 sweet 唇彩 47

PART THREE 美少女超美试妆篇

10. 彩妆超体验 1——超 hot 的涉谷 109 辣妹 51
11. 彩妆超体验 2——国、高中哈日妹 Make-up 完整体验 55
12. 彩妆超体验 3——变一变，party 必胜闪亮妆 59
13. Makiyo 的卡哇伊化妆箱大公开 63
14. 美眉 Make-up 技巧总复习（精华版） 66



*2

Makiyo 的 happy 保养

PART ONE 青春活力保养篇

- 1.魅力女孩的必杀技——香水魔力 75
- 2.不再面有菜菜子，肌肤元气秘诀 78
- 3.青春敷面 DIY，不花钱也可以粉水嫩 82
- 4.你的肌肤渴了吗？——干妹妹保湿必读 86
- 5.想当小美人，基础保养和彻底清洁是一定要的 88
- 6.基础保养品使用入门 Q & A——小美少女必读 92

PART TWO 美眉问题保养篇

- 7.只要美丽，不要油脸和痘痘——豆花妹战痘控油必读 97
- 8.滋润双唇，快快变美小秘诀 100
- 9.SOS 粗大毛孔爱美大作战 103
- 10.全力抢救恐怖黑眼圈 106
- 11.一周泡脚两次活力十足 108
- 12.一周一次滋润双手和指甲 110
- 13.Try it，就能像我一样露出美背 114

PART THREE SPA和塑身篇

- 14.花瓣精油浴，Makiyo 最甜蜜的魔法浴 119
- 15.推荐给你，日本超流行的塑身浴 120
- 16.就是立志要当一个活力香氛美人 122
- 17.要亮丽变身，就靠周末 Home SPA 124
- 18.Makiyo 魔鬼身材 7 天速成 127
- 19.Makiyo 的爱美守则总复习（精华版） 137



*1

Makiyo
的sweet彩妆



PART ONE
美少女化
妆入门篇

1

爱美受 安室奈美惠影响

十一二岁我就开始化妆了，班上的男同学都说：“Makiyo，你化妆要比不化妆美多了。”听多了同学的赞美，自己好象被洗脑了般，只要踏出家门就一定非得化美美的妆不可，而且现在已经夸张到，即使只是出去买个面包或到7-11买东西，也不放弃任何一次化妆的机会。所以只要你在街上看到我，保证都是美到最高点的Makiyo喔！

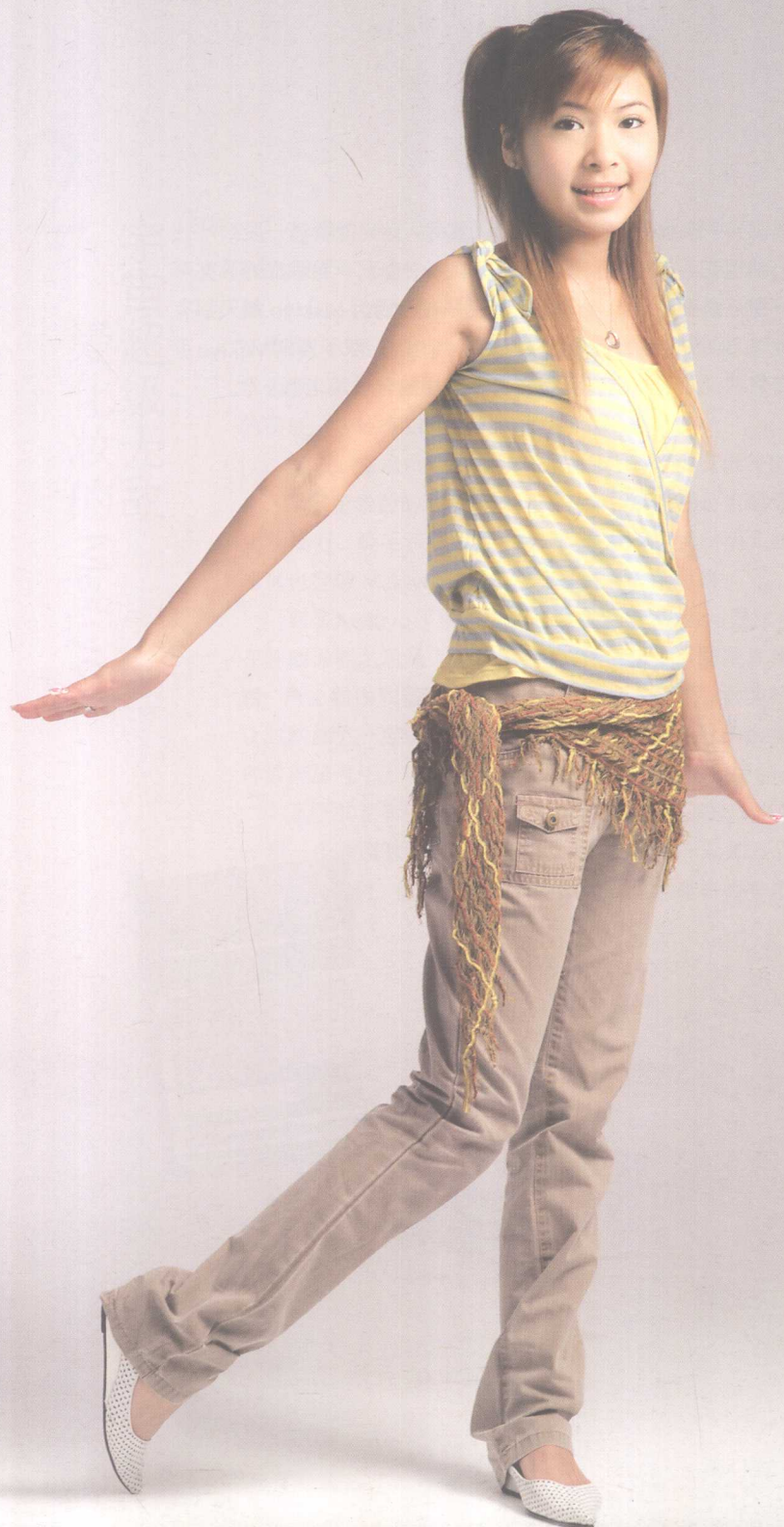
我这么爱化妆，其实全都要拜崇拜安室奈美惠所赐。因为小时候看到安室奈美惠那一身小麦色发亮的皮肤、及腰的长发、独特的穿着、个性化的彩妆造型和她在舞台上散发的无敌魅力，每一次都让Makiyo看呆了眼，觉得安室奈美惠实在是美到最高点。当时我的小脑袋瓜里便想着：我长大后也一定要像她那样有魅力。

那时的安室奈美惠可是全日本NO.1的“国民美少女”，在流行界还引起一阵超级旋风，大家都疯狂崇拜并模仿她，不止是高校生，连国小生也都幻想着能像她那样美美地妆扮自己。我们日侨学校的同学只要聚在一起，都会叽叽喳喳地讨论有关安室的话题，而且之后带动流行风的涉谷109辣妹妆扮，灵感也全部都来自她呢。安室奈美惠算是让我对化妆充满幻想和憧憬的第一个重要的人哟！

从以前到现在，安室奈美惠的妆，我都超喜欢。以前的她妆扮比较野性，现在则是成熟有韵味，可是不管如何改变，她的妆永远都是一样的干干净净，零瑕疵，N美的哟！现在日本新流行教主滨崎步，也跟当年的安室奈美惠一样，脸上画的、身上穿的、手上戴的，一举手一投足，都是Makiyo很想学习的对象，她的妆也是非常非常的干净，而且造型多变，洋溢着浓浓的时尚感。Makiyo比较喜欢日本式的







化妆技巧，干净的妆是最基本的要求，而我从只会把粉饼一股劲地往脸上抹，到现在可以 10 分钟轻松快速地打一个干净零瑕疵的漂亮彩妆，这一切还是都要拜自己无敌爱美所赐啦，因为 Makiyo 每天都在努力地练习，因此当然是熟能生巧咯！所以说，双子座 Makiyo 可以很有自信地说：我一定有资格当各位美眉的化妆小老师！



2

宇宙超级无敌 爱化妆的 Makiyo

说我爱化妆，我真的没话说，就把脸当是一张画布嘛，上面的颜色可以随你高兴的搭配，很好玩，又可以让自己变得更美，Makiyo当然喜欢咯。不过Makiyo的原则是，妆一定要干干净净，如果要为彩妆打分数，干净自然的粉底就占50分。要学化妆，第一步便是学会画出完美无瑕的粉底，只有干净透明的粉底，才能有自然迷人的妆容。

其它的重点就属眼妆技巧最重要，一定要有漂亮明亮的眼妆，像浓密卷翘的睫毛、流行感的眼影，这都是美眉最要学的化妆技巧。睫毛和眼影都OK，整个妆就会瞬间明亮起来，看起来也会像Makiyo一样常常都是青春有活力咯！

到底Makiyo平常是如何化妆的呢？Makiyo是这样做的：在基础保养之后马上使用隔离霜，然后擦上有防晒系数的粉底霜，再上粉饼和蜜粉。我觉得隔离霜非常重要，因为擦了它能让肌肤加上一层保护，同时隔绝外在环境对肌肤的伤害，所以，各位美眉可千万不要因为偷懒或省钱而少了这重要的一步。

至于其它有关化妆的技巧和小秘诀，接下来Makiyo都会一步一步通通教给你。别犹豫了，快快跟我一起加入“爱化妆女孩”的行列，你马上就能亲身体验到化妆是多么有趣的一件事喔！



3

入

门

必

学

技

马上教你
简单上粉底

还记得第一次化妆，因为不懂，以为就要画得像白雪公主那样白兮兮地才算化妆，所以选了一个超白的粉底，画完之后，还得意地把妈妈的眼影拿来涂在眼皮上，然后很高兴地约同学上街玩耍去。没想到同学们一看到我，全部笑得东倒西歪。在阳光下我看到橱窗的镜子里面的自己，着实吓了一大跳，怎么会这么惨白，白到根本像日本艺伎的脸（也有点像女鬼），根本就是涂面粉嘛，好恐怖哦！害 Makiyo 街也逛不下去，恨不得有个地洞钻进去，赶快跑回家洗脸。这也就恍然大悟为什么路上那么多人直盯着我瞧，原本自己还得意地以为是因为化了妆很可爱迷人，结果根本是自己化的妆太吓人！真的好糗。

有一次，我同学用她妈妈的口红涂在两颊当腮红，全班的男生都笑到快爆了，那样子真的好土。不过那时班上就属我和她最爱美，后来我们两个每天都化妆得美美地去上课。

Makiyo 第一次去日本试镜，也是顶着个大浓妆去的。结果发现，日本女生流行的妆其实是淡淡的、很干净的，自己的浓妆相形之下，真是很俗耶！后来我发狠地猛研究日文流行杂志，真的哟，杂志里日本美眉示范的都是干干净净的彩妆呢，浓妆艳抹的人是会被唾弃的呀！

熟练化妆技巧是最重要的，像经常化妆的 Makiyo 呀，就抓到了自然上粉底的诀窍。那就是，选择粉底应该要和本身肤色愈接近愈好，这样化妆才会自然，如果想要强调自己拥有白皙无瑕的肤质，当然是可以选择比自己肤色稍微淡一点点的粉底，不过也绝对不能和自己的肤色差太多哦。（黑天鹅不可能一下变成白天鹅的，所以黑美人可千万不要把自己当成白雪公主般的化妆哦。）

扑上蜜粉可以让你
的底妆看起来更服
贴，但千万不要忘
了最容易忽略的下
巴和嘴巴哦。