



这样穿很美：
平价搭出时尚范

[日]典子 著 杨孟芳 译



这样穿很美： 平价搭出时尚范

〔日〕典子 著 杨孟芳 译

图书在版编目 (CIP) 数据

这样穿很美 : 平价搭出时尚范 / (日) 典子著 ; 杨孟芳译. -- 南京 : 江苏凤凰科学技术出版社, 2016.10
ISBN 978-7-5537-7074-1

I. ①这… II. ①典… ②杨… III. ①服饰美学
IV. ①TS941.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第188223号

365日のプチプラコーデ 色合わせ、着回しを楽しむ、大人の上品カジュアル
© Noriko 2015

First published in Japan in 2015 by KADOKAWA CORPORATION.

Simplified Chinese Character translation rights reserved by

Phoenix-HanZhang publishing and Media (Tianjin) Co., Ltd.

Under the license from KADOKAWA CORPORATION, Tokyo.

through CREEK & RIVER Co., LTD, Tokyo

江苏省版权局著作权合同登记 图字: 10-2016-294号

这样穿很美：平价搭出时尚范

著 者 [日] 典子
译 者 杨孟芳
责任编辑 葛 昀
责任监制 曹叶平 方 晨

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本 880 mm × 1 230 mm 1/32
印 张 4
字 数 80 000
版 次 2016年10月第1版
印 次 2016年10月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-7074-1
定 价 35.00元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

目录

CONTENTS

“平价时尚穿搭术” 4 大关键 5

Noriko Rule ① 从配色开始，决定穿搭风格 5

Noriko Rule ② 提高平价服饰的档次，“简约基本”是关键 10

Noriko Rule ③ 用穿搭技巧，让平价服饰更多变 12

Noriko Rule ④ 不同体形的修饰秘诀 18

春季 享受成熟风格的粉彩色穿搭 23

Column ① 用配件提高平价穿搭的档次 40

鞋子 40 / 袜子 43 / 首饰 44 / 披肩 46 / 包包 48
皮带 49 / 坦克背心 50 / 手表、配件组合 51

夏季 多用沉稳色的配件 53

Column ② 一个月全身穿搭计划 春夏篇 70

秋季 善用有深度的秋色系 79

Column ③ 解答大家常问的穿搭问题 96

Column ④ 在网络商店选购的秘诀及网络商家的推荐 98

冬季 让暗色系不死板的配色法 101

Column ⑤ 一个月全身穿搭计划 秋冬篇 118

★书中刊登之衣物全为作者个人衣物，部分已无法于市面上购得。

★书中标示之价格为作者购买时之旧价格。

★以上两点，敬请见谅

平价服饰也能穿出时尚!

“我爱时尚”，在这个想法下开始写博客已经一年多了，在博客里，我上传每天的穿搭，不时分享一些育儿生活经验。随着读者越来越多，我开始从事“个人造型师”的工作，帮客户寻找适合的衣物，提供穿搭建议。

这次，我把在博客中介绍过的个人平价穿搭方法集结成册，出版了这本书。

以前我总认为“好衣服=贵衣服”，所以会把薪水存下来买名牌衣服奖励自己，就算有点打肿脸充胖子，也一定要买……

但自从女儿出生以后，我买衣服的原则就逐渐改变了。布料能否放心地接触孩子的肌肤？方不方便哺乳？当衣服被孩子的口水或呕吐物弄脏时，是不是方便清洗？这几点也开始变得重要。

就在那时，时尚圈吹起一股休闲风，它崇尚一种不过分刻意、带有慵懒轻松感的穿搭法。我所看的服装杂志突然出现一堆“平价”“快速时尚”“国民品牌”的字眼，之前没什么兴趣的衣服牌子，也都开始出现在杂志上了。接着，我心中“高价服饰=时尚”的想法，也一点一点地改变。

我以自己一直都很喜欢的风格为基础，结合现在的生活模式，创造出属于我的平价基本穿搭法则。诚然，穿名牌显得美丽时尚。但即使是便宜衣服，只要搭配得宜也能有型！自从我发现这件有趣的事后，我比以前更热衷于穿搭，形成了一套“我的基本穿搭法则”。

在这本书里，我将依照季节介绍我的穿搭法及配色的秘诀等，这其中充满了我个人的技术诀窍。我整理了从事造型师工作时，常被客户问的一些问题，例如修饰体形的方法、高雅与休闲的混搭法。另外，还会介绍在博客获得好评的“一个月全身穿搭计划”及亲子装穿搭等。

希望通过这本书，我能把遇到平价时尚后的兴奋感受，传递给各位读者，与大家一同分享平价穿搭的经验。

目录

CONTENTS

“平价时尚穿搭术” 4 大关键 5

- Noriko Rule ① 从配色开始，决定穿搭风格 5
- Noriko Rule ② 提高平价服饰的档次，“简约基本”是关键 10
- Noriko Rule ③ 用穿搭技巧，让平价服饰更多变 12
- Noriko Rule ④ 不同体形的修饰秘诀 18

春季 享受成熟风格的粉彩色穿搭 23

- Column ① 用配件提高平价穿搭的档次 40
- 鞋子 40 / 袜子 43 / 首饰 44 / 披肩 46 / 包包 48
皮带 49 / 坦克背心 50 / 手表、配件组合 51

夏季 多用沉稳色的配件 53

- Column ② 一个月全身穿搭计划 春夏篇 70

秋季 善用有深度的秋色系 79

Column 3 解答大家常问的穿搭问题 96

Column 4 在网络商店选购的秘诀及网络商家的推荐 98

冬季 让暗色系不死板的配色法 101

Column 5 一个月全身穿搭计划 秋冬篇 118

★书中刊登之衣物全为作者个人衣物，部分已无法于市面上购得。

★书中标示之价格为作者购买时之旧价格。

★以上两点，敬请见谅。



“平价时尚穿搭术” 4大关键

Noriko Rule ①

从配色开始，决定穿搭风格

在决定穿衣风格时，配色是不可忽略的关键之一。我所追求的风格，简单来说，是“成熟的简单休闲风”。虽然是休闲风，但并不是很孩子气、很俗的那种，而是自然惬意的高雅风格。整体的感觉，就是将自己原本偏保守的穿搭，与育儿妈妈的生活模式结合而成的穿搭。

我在决定穿搭时，会先从配色开始想，因为我认为整体的色调，可以决定一个人能不能把休闲风穿得高雅时尚。当出现“想把昨天买的灰色上衣拿出来穿”的念头时，我就会开始考虑下半身要配什么色，配件要选什么色。在决定衣服之前，先想配色，万一没有特别想穿的衣服时，“昨天穿黑色，那今天穿褐色好了！”也还是先从色调开始决定穿衣风格。

衣橱里以基本色为主

我的衣橱里放满了黑、灰、褐等基本色的衣服，朴素到让人怀疑衣服的主人是男的。基本色不只和任何色都可以搭，还具有让人看不出是平价服饰的效果，因此是我最喜欢的颜色。



全白穿搭

挑战全白穿搭，不是全都用纯白色，加入米白色会更容易成功。



全黑穿搭

全身黑色会过于沉闷严肃，裤子选穿细条纹款，可增添惬意感。



灰色渐层

用浅灰和深灰，形成美丽的渐层。



褐色渐层

将色调及深浅程度类似的褐色单品搭配在一起，穿出渐层穿搭。



单色 / Monochrome

渐变式 / Gradation

用同色系创造两种自然时尚感

刻意用相同颜色统一全身配色的同色系穿搭，十分具有魅力。我常用的搭配是“渐层穿搭”与“单色调穿搭”。用色较纯粹的穿衣风格，会比使用一堆颜色的穿搭更具不做作的自然感，使人立即就有了“穿搭达人”的感觉！



即使穿着简约，借由加入柔和色，也能穿出成熟的感觉。褐色单品以渐层方式使用，更显高雅时尚。



橄欖灰的披巾，可适度地缓和简约黑白色调的对比印象。

柔和色是自然感配色的关键

善用灰色、褐色、灰褐色、浅咖啡色及橄欖色等柔和色，可以穿出成熟又自然的感觉。这些常见的颜色，不管和什么颜色搭配都很合适，真的很实用方便。上衣、裤子、裙子及配件等各种单品都要有柔和色的，平常先准备好，在组合穿搭时就不用烦恼。即使同样是褐色针织衫，也要准备深浅两色，用来创造出渐层感。

重点色要搭配柔和色才有一体感

喜欢基本色的我，有时候也会想穿鲜艳的红色或粉彩色等颜色。这些重点色的单品，很多人可能以为只要搭配白色或黑色就没问题，但其实这有可能使对比效果过于强烈，而不易取得平衡。这时，只要跟柔和色搭在一起，就能让整体呈现出温和高雅的感觉。不喜欢衣服颜色过于鲜艳的人，可以选择丝巾或披肩单品，尽量缩小重点色的面积。



鲜艳的红色，搭配褐色裤子或皮包，就不会太突兀。选用偏红的驼色，会因色调相近，而更有一体感。



颜色美丽的针织衫，可借由灰色裤子、褐色披巾来增添沉稳感。可用披巾来减少针织衫的露出面积。

包包跟鞋子选相同颜色，保证万无一失

衣服选好了，那包包呢？鞋子呢？你有没有到出门前，才慌慌张张想起这些的经历？这时，只要选择同色的包包跟鞋子，穿搭就能有一体感。我最常使用的，其实还是跟什么颜色都百搭的褐色及灰色。特别是介于灰色和褐色中间的“灰褐色”，更为百搭！因为我常使用柔和色，所以有时也会搭配黑色的鞋子和包包，提升整体的正式感。



用黑色的皮包与帆布鞋，让可爱俏丽的荷叶裙，穿出端庄大方的感觉。



男装风的大衣及牛仔裤，因搭配灰褐色系的皮包与鞋子，而变得温柔典雅。

这样搭让褐色系上衣穿着不显老

常听到40多岁的客人这么说：“去年还在穿的褐色上衣，今年突然就觉得不好看了！”褐色，虽然是跟什么颜色搭配都适合的高雅颜色，但由于跟肤色相近，不仅会显得单调，有时还会看起来老气。这时，只要用咖啡色作为渐层色，选用披肩针织衫、披巾等单品，或是用针织衫内搭衬衫的方式，就能让气色看起来更好。



以咖啡色针织衫衔接，能让脸部轮廓更突出。将具有清新感的条纹T恤披在肩上，效果也很好。



内搭白色衬衫，能让脸部清晰明亮，还能创造整体穿搭的亮点。

A woman with shoulder-length dark hair is shown in profile, looking down. She is wearing a black short-sleeved top and a light grey scarf. She is holding a patterned bag in her right hand. The background is a plain, light color.

Noriko Rule ②

提高平价服饰的档次，
“简约基本”是关键

平价单品，靠穿搭技巧提高档次

简约的基本款单品，光是穿着，是穿不出自然时尚感的。但只要简单使用首饰、皮带等配件进行搭配，或是卷起袖子及裤管，看起来就会截然不同。详细的秘诀，后面会再跟大家做说明！

越是单调的单品，越容易穿搭

越觉得自己不擅长搭配的人，衣橱里有设计感的衣服越多。一件单穿就有型的美丽衣服是很棒，但若要跟其他原有的衣服搭在一起，却很困难。就这点来说，有些看似单调的简约单品，反而非常百搭且不会过时。

平价服饰店与其他店

我会在平价服饰店购买简约的素色针织T恤、针织衫、条纹上衣及衬衫等无廉价感且永不过时的基本款服装。实用性高的单品，会每种颜色都买，让穿搭更丰富多变。字母T恤等易显露出便宜感觉的单品以及外套、皮包等材质感很明显的配件，则会在价格稍高的店里，寻找价格合理的商品购买。购物时，我会妥善区分，不会混在一起。

Noriko Rule ③

用穿搭技巧， 让平价服饰更多变

平价服饰光是穿着，很难穿出“潮味”，但只要用点心，也能看起来时尚有型。例如，尝试只将上衣的正面部分扎进裤子，或是将袖子及裤管卷起来，让衣服多点变化，整体穿搭就会产生自然时尚感。另外，将衬衫或针织衫披在肩上、绑在腰上，用配件让颈部及双手更华丽等方法，可展现不做作的时尚美感。

此外，对于非常喜欢休闲且略带点高雅、柔美风格的我来说，男孩风的牛仔裤搭配优雅衬衫及有跟鞋这样的休闲加时尚的混搭风格，是基本的搭法。直挺衬衫搭配粗针织衫的异材质、多层次混搭散发出来的自然时尚感，我也十分喜爱。