

优雅与质感 4

— 熟龄女性的风格着装



[日] 石田纯子◎著 千太阳◎译

选对颜色

+

穿对基本款
流行款

+

巧变装
换形象

=

成熟优雅风格

日本时尚设计师**石田纯子**

30多年的从业经验凝结

不受年龄限制的时尚穿衣法则


◆ 漓江出版社



优雅与质感 4

——熟龄女性的风格着装

[日]石田纯子/著
千太阳/译

 江苏出版社

桂图登字 20-2014-054

图书在版编目(CIP)数据

优雅与质感. 4 / (日) 石田纯子著; 千太阳译. —桂林: 漓江出版社, 2015.4

ISBN 978-7-5407-7497-4

I. ①优… II. ①石… ②千… III. ①女性-服饰美学 IV. ①TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第063171号

石田纯子のおしゃれコンサル

Copyright © Junko Ishida/Shufunotomo Co., LTD. 2013

Original Japanese edition published in Japan by Shufunotomo Co., Ltd.

Chinese simplified character translation rights arranged through Shinwon Agency Beijing Office,

Chinese simplified character translation rights © 2015 by Lijiang Publishing House

优雅与质感4

作 者: [日]石田纯子

摄 影: 澤崎信孝

编辑统筹: 符红霞

版权联络: 董 卉

责任监印: 唐慧群

译 者: 千太阳

责任编辑: 张 芳 杨 静

装帧设计: 黄 菲

出 版 人: 郑纳新

出版发行: 漓江出版社

社 址: 广西桂林市南环路22号

邮 编: 541002

发行电话: 0773-2583322 010-85891026

传 真: 0773-2582200 010-85892186

邮购热线: 0773-2583322

电子信箱: ljcs@163.com <http://www.Lijiangbook.com>

印 制: 北京尚唐印刷包装有限公司

开 本: 850×1310 1/32 印 张: 5.25 字 数: 60千字

版 次: 2015年4月第1版 印 次: 2015年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-7497-4

定 价: 30.00元

漓江版图书: 版权所有·侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

前言

我们在提供造型建议时，尽量打破“这个年龄的人就适合这种风格的衣服”这种先入为主的观念，我们会结合“您想成为的样子”的心愿给您提供建议。

石田纯子

研究 1 颜色

关于基础色·鲜艳的颜色穿衣打扮

019

主题1 黑色 BLACK

消除一直以来黑色给人的整
洁、正式的制服感

020

基本款 01 纯黑色圆领短外套····· 024

我们恨不得所有的场合下都穿黑色服装，关键是要选择不太平常的材质和款型

基本款 02 纯黑色V领短外套····· 032

基本款 03 西装领短外套····· 032

主题2

米色 BEIGE

米色温柔优雅，很受欢迎，关键是摆脱它的朴素气质

036

基本款 04 米色丝带短外套·····040

想要穿出米色的时尚风格，就要在短外套的颜色上下功夫

基本款 05 米色西装上衣·····046

基本款 06 米色大衣·····046

主题3

鲜艳的颜色 CLEAR

熟女们更需要鲜艳的颜色

050

基本款 07 长款对襟开衫·····054

鲜艳的颜色适合大胆地搭配。就从让人眼前一亮的对襟开衫开始吧

基本款 08 套头毛衣·····060

基本款 09 连衣裙式外套·····060

COLUMN 追求成熟美 1

选对颜色就能穿对衣吗? ·····064

研究 2 时尚元素

有女人味的穿衣打扮

067

story

时尚元素

熟女们的日常搭配中应该加入带有女人味甜美风格的时尚元素

068

基本款 10 长款蕾丝外套.....072

干净、有品位的浅色蕾丝更加能够展现女性的优雅甜美

基本款 11 蕾丝短裙.....076

基本款 12 礼服式蕾丝外套.....076

搭配贴士

通过冷色系的首饰或者编织包来抑制蕾丝的甜美

基本款 13 叠褶衬衣.....078

大胆地采用叠褶，追求熟女美不胜收的高品位之美

基本款 14 褶边连衣裙.....082

基本款 15 褶皱礼服式外套.....082

搭配贴士

添加流行元素，恰到好处地展现女性柔美

基本款 16 垂褶对襟开衫..... 084

这款服装既时尚又可以掩饰身材上的不完美，是熟女不可或缺的单品

基本款 17 垂褶两件套..... 088

基本款 18 褶皱连衣裙..... 088

搭配贴士

搭配和褶皱有着强烈对比感的黑色小饰品，增强干练气息

基本款 19 有光泽感的套头蝙蝠衫..... 090

有光泽感的衣服适合休闲穿着

基本款 20 有光泽感的不对称蝙蝠衫..... 094

基本款 21 有光泽感的针织衫..... 094

搭配贴士

搭配不同风格的有光泽感的饰品让人眼前一亮

COLUMN 追求成熟美 2

你总是一个人去逛街购物吗?096

研究 3 休闲款式

吸引人目光的穿着打扮

099

story 休闲款式

在休闲款式上用心，也能焕发光彩

100

story

基本款 22 短裤

基本款 23 卫衣

基本款 24 条纹衫

短裤.....107

挑战短裤，不仅显得年轻，最重要的是漂亮

基本款 22 短裤搭配范例

卫衣.....112

为了提高卫衣的时尚度，选择款式和穿着方式很重要

基本款 23 卫衣的搭配范例

条纹衫.....117

条纹衫做到颜色的合理搭配，时尚度就会提高

基本款 24 条纹衫的搭配范例

基本款 25 工装裤

基本款 26 牛仔褲

工装裤 124

为了使搭配不显得过于僵硬，应该稍微添加一些甜美元素，使整体搭配更有女人味。

基本款25 工装裤搭配范例

牛仔裤 129

牛仔裤对鞋的要求很高，选择一双漂亮的鞋子，使搭配看起来轻便灵活。

基本款26 牛仔裤的搭配范例

COLUMN 追求成熟美 3

学习时尚的课程今天开始也不晚 134

研究 4 季节交替

关于季节变化时的穿衣打扮

137

改变外套换形象

基本款 27 长款外套 139

基本款 28 带有腰带的双排扣外套 141

改变小饰品换形象

基本款 29 围巾····· 143

改变短外套换形象

基本款 30 彩色短外套····· 145

改变裤子换形象

基本款 31 七分裤····· 147

COLUMN 追求成熟美 4

美丽无界限····· 148

附录篇

春夏内搭基本款····· 151



优雅与质感 4

——熟龄女性的风格着装

[日]石田纯子/著
千太阳/译

◆ 漓江出版社

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

很多女性都有这样的心愿：明天的我穿着这件衣服大放异彩，比今天的我更加漂亮。让我们通过这本书来完成你的心愿吧！

穿衣打扮这件事对于大部分女性来说是喜忧参半的。在她们喜悦的同时也颇感压力。从朋友孩子的婚礼、亲友聚会、同学会、海外旅行、参观美术馆等活动中解脱出来的女性，当她们回归自我独处的时候，往往会不知自己要做什么，甚至不知道该何去何从，同时也会被“穿什么去好呢”“怎样打扮才够时尚入流呢”等这些问题烦扰。当然穿衣打扮这件事不仅要考虑时间、地点、场合等因素，还要考虑衣服的舒适度、衣服给人的印象、适不适合自己，以及能不能体现自己的时尚品位等等因素。甚至年轻时不必考虑的“这身搭配是否行动方便”这样的问题，现在都成了不得不考虑的因素。面对时尚的穿衣打扮，她们变得胆怯起来，在穿衣打扮上犹豫不决。

在听取了众多女性关于穿衣打扮的烦恼之后，石田纯子女士将在本书中为那些面对时尚装扮不知所措的熟女们解答疑惑。

很多人都有这样的想法：我想听听石田女士的意见，我想问问这件衣服是不是适合我，我想通过石田女士的帮助把自己打造成自己想成为的样子。

为了能够给这些烦恼于如何挑选衣服的人士提供帮助，我们严格挑选出了不同的种类加以介绍。

我们挑选出来的衣服不管哪一套都符合以下五项要求：1.符合穿衣搭配的基本原则；2.提高你的穿衣搭配能力；3.你的风格会鲜明起来；4.有穿衣品位；5.不显老。本书会将挑选出来的衣服作为“经典款”展示出来，主要有基本款式、短小款式、休闲款式等，我们将以这些款式的衣服为基础进行搭配建议的分析。

我们向您推荐的衣服适合所有的熟女，每一件都会让您比今天更加漂亮。读了本书就像现场接受了石田女士面对面的建议一样，让我们一起找出能够提升我们穿衣品位的建议吧。



大约7年前开始，石田女士就开始在东京新宿的伊势丹新宿店的妇女服装部开始担任私人咨询顾问。她接待的女性顾客从20多岁到80多岁，年龄层十分的广泛。几乎是从见到顾客的第一眼开始，她便调动脑中的灵感，为眼前的顾客挑选适合她的20多套衣服。



进入伊势丹新宿店的四层，你会发现这里有50多种品牌的衣服。品牌和品牌之间并没有被分隔开来，因此在挑选衣服时不会受到单一品牌的限制，因此也能更多地挑出适合客人的搭配。



石田女士的建议总是能精准地抓住客人的心理，明确地获悉客人的目标，总能在第一时间既快又准地为客人挑选出完美搭配。另外，她在为你搭配衣服的同时还能提高你穿衣打扮的能力，为你消除体形上不够完美的烦恼。



石田女士会通过和客人的交谈了解客人想要的时尚路线和穿衣风格。在此基础上帮客人挑选出10套左右的服装进行搭配，然后进行摄影。最后，一边看着照片一边讨论每套搭配给人的印象。



前言

我们在提供造型建议时，尽量打破“这个年龄的人就适合这种风格的衣服”这种先入为主的观念，我们会结合“您想成为的样子”的心愿给您提供建议。

石田纯子

研究 1 颜色

关于基础色·鲜艳的颜色穿衣打扮

019

主题1
黑色 BLACK

消除一直以来黑色给人的整
洁、正式的制服感

020

基本款 01 纯黑色圆领短外套..... 024

我们恨不得所有的场合下都穿黑色服装，关键是要选择不太平常的材质和款型

基本款 02 纯黑色V领短外套..... 032

基本款 03 西装领短外套..... 032

主题2

米色 BEIGE

米色温柔优雅，很受欢迎，关键是摆脱它的朴素气质

036

基本款 04 米色丝带短外套·····040

想要穿出米色的时尚风格，就要在短外套的颜色上下功夫

基本款 05 米色西装上衣·····046

基本款 06 米色大衣·····046

主题3

鲜艳的颜色 CLEAR

熟女们更需要鲜艳的颜色

050

基本款 07 长款对襟开衫·····054

鲜艳的颜色适合大胆地搭配。就从让人眼前一亮的对襟开衫开始吧

基本款 08 套头毛衣·····060

基本款 09 连衣裙式外套·····060

COLUMN 追求成熟美 1

选对颜色就能穿对衣吗? ·····064