



随书附赠
DVD
100分钟



跟着DVD
轻松打造完美发型



200个发型
梳编步骤

80个发饰的
使用方法

8种风格发型
轻松打造

人气发型 288个细节

[日] 严谷春行
王楠



中国轻工业出版社

200个发型
梳编步骤 + 80个发饰的
使用方法 + 8种风格发型
轻松打造

人气发型 288个细节

[日] 严谷春行 著
王楠 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人气发型288个细节 / (日) 严谷春行著; 王楠译.

北京: 中国轻工业出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5019-6813-8

I. 人… II. ①严…②王… III. 理发—造型设计 IV. TS974.21

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第207537号

TITLE: [DVDでわかるHAPPYヘアアレンジ]

BY: [嚴谷春行]

Copyright © 2007 LOCUS Co.

Original Japanese language edition published by LOCUS Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with LOCUS Co., Ltd. Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

©2008, 简体中文版权归中国轻工业出版社所有。

本书由日本株式会社LOCUS CO., LTD. 授权中国轻工业出版社
在中国范围独家出版简体中文版本。

版权所有 · 翻印必究

责任编辑: 付 佳 责任终审: 滕炎福

策划编辑: 龙志丹 责任监印: 胡 兵

封面设计: 印象迪赛 版式设计: 李新泉

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京地大彩印厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2009年5月第1版第2次印刷

开 本: 787×1092 1/16 印张: 4.75

字 数: 120千字

书 号: ISBN 978-7-5019-6813-8 定价: 26.80元

著作权合同登记 图字: 01-2008-5676

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

90320S3C102ZYF

人气发型288个细节



许多人都曾因为外出时不知道选择什么发型或梳理不好发型而烦恼。

一般来说，要根据头发的长短和发质来选择发型，只要掌握了其中的要领，便可以轻松地梳理头发。梳理时最重要的是让头皮放松，以获得充足的营养。过多梳理头发或抹一些定型啫喱会产生相反的效果。每天关注头发护理，保持头发健康，会使我们做出的发型看起来更加靓丽！

在此，给大家介绍一些基本的头发梳理技巧、护发诀窍以及发饰使用方法。不论是参加宴会，还是日常生活，你都可以轻松地梳理自己的头发。在这里，你一定能够找到一款适合自己的发型。



EXCeL 严谷春行

人气发型 288个细节

P. 06 本书与DVD的使用方法

P. 08 part1 发型梳编的基本技巧

P. 14 part2 适合休闲与放松的发型

P. 38 part3 适合约会与工作的发型

头发的长度与梳编难易度

短发\娃娃头\中长发

简单的发型



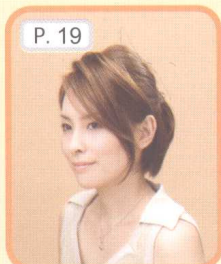
P. 16

DVD 适合休闲与放松的发型 01



P. 18

DVD 适合休闲与放松的发型 02



P. 19

DVD 适合休闲与放松的发型 03



P. 20

DVD 适合休闲与放松的发型 04



P. 22

DVD 适合休闲与放松的发型 05



P. 40

DVD 适合约会与工作的发型 01



P. 44

DVD 适合约会与工作的发型 04



P. 45

DVD 适合约会与工作的发型 05



P. 26

DVD 适合休闲与放松的发型 08



P. 27

DVD 适合休闲与放松的发型 09



P. 28

DVD 适合休闲与放松的发型 10



P. 30

DVD 适合休闲与放松的发型 11



P. 50

DVD 适合约会与工作的发型 08



P. 52

DVD 适合约会与工作的发型 09

HAPPY
HAIR
ARRANGE

P. 68 头发的日常护理方法

P. 74 什么是头部水疗养生法

P. 76 发型梳编与头发护理的知识问答

CONTENTS

目录

难易度适中的发型

P. 23



DVD 适合休闲与放松的发型 06

P. 24



DVD 适合休闲与放松的发型 07

P. 42



DVD 适合约会与工作的发型 02

P. 43



DVD 适合约会与工作的发型 03

P. 46



DVD 适合约会与工作的发型 06

P. 32



DVD 适合休闲与放松的发型 12

P. 34



DVD 适合休闲与放松的发型 13

P. 36



DVD 适合休闲与放松的发型 14

P. 54



DVD 适合约会与工作的发型 10

P. 64



DVD 适合约会与工作的发型 15

P. 56



DVD 适合约会与工作的发型 11

P. 58



DVD 适合约会与工作的发型 12

P. 60



DVD 适合约会与工作的发型 13

P. 62



DVD 适合约会与工作的发型 14

P. 66



DVD 适合约会与工作的发型 16

较难的发型

P. 48



DVD 适合约会与工作的发型 07

本书与DVD的使用方法

这本书中介绍的发型适合居家、外出、参加晚会、办公室等多种场合。大家可以一边看书和DVD，一边享受自己梳理发型的乐趣。

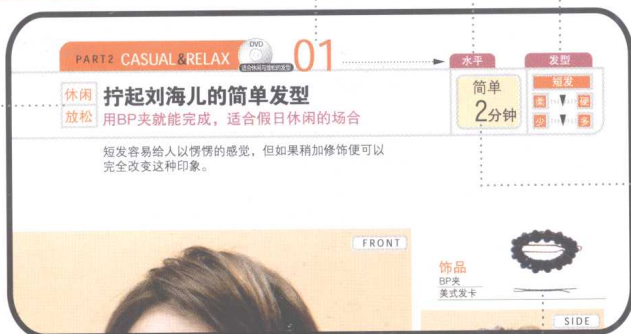
本书的阅读方法

确定自己要做的发型后，准备好必要的工具，4~8个步骤就能完成选中的发型。

收录在“适合休闲与放松的发型”01里。

表示这款发型的难易程度。本书分了简单、难易度适中和较难三个程度。

表示适合这款发型的头发长度、发质与发量。



梳理发型时需要的时间。
※虽然很简单,但根据头发长短与造型,有的头发也颇费时间。

梳理发型时所需的发饰。

休闲

适合购物或外出时梳理的发型。

放松

适合在家中放松时梳编的发型。

约会

适合约会及参加晚会时梳编的发型。

工作

适合在办公室梳编的发型。



如果把头发分得整整齐齐的会让人觉得土气，当今的流行发式是将头发模糊的分缝。把头发不规则的分开，让头发的分缝若隐若现。

DVD的使用方法

把本书所附带的DVD光盘放入DVD机，光盘开始播放后，会出现主菜单。

主菜单

每个栏目可以选择不同的内容，个别栏目会直接播放。请用遥控器选择想要播放的节目，选择后会出现以下画面。



全盘观看
全部播放键。

1

part1 发型梳编的基本技巧

第一部分包括本书的第一部分及DVD 01~09部分。

全部播放
选择此键将会播放所有节目。



返回
选择此键将返回上级菜单。

2

part2 适合休闲与放松的发型

第二部分是休闲与放松发型的梳编部分。可以选择短发&娃娃头、中长发和长发三种发型。



3

part3 适合约会与工作的发型

第三部分是约会与工作发型的梳编部分。可以选择短发&娃娃头、中长发和长发三种发型。



4

作者专访

这一部分是对本书作者严谷春行先生的采访，讲述他对美发造型与头发护理的心得与建议。

梳理出漂亮发型必备的基本技巧

梳理出能够长时间定型并保持美丽的发型最重要的就是掌握基本技巧。这样，我们就可以梳理出许多漂亮发型，让自己更加靓丽！

梳理

除了把缠在一起的头发梳通以外，梳理对于打造头发的蓬松感也是很重要的。根据需要选择适合的发刷。



●扁平梳

扁平梳在反方向梳理头发和整理头发流向时使用。扁平梳子的尖部可以用来分开发头。



●发刷

给头发吹风或想轻轻梳理整理好的发型表面时使用。



●手梳（用手指当梳子）

聚拢头发以及喷雾定型后迅速用手指梳理头发，可以营造出头发的蓬松感。

HAPPY HAIR ARRANGE PART 1 发型梳编的 基本技巧



发型梳编的基本技巧

01-09



发型梳编的基本技巧

01

反向梳理头发 (使头发蓬起)

要使头顶和头部两侧的头发出现蓬松感，反向梳理头发是一个不可缺少的技巧。这种梳理方法的关键是将梳子竖放好，自发梢向发根梳理头发。也可以在梳理好发型后，打理发梢的时候使用。



01 竖直拉起想要打造出蓬松感的头发。



02 将梳子放在拉起的头发的中间部分。



03 从头发的中间向发根部反复梳理。

饰品

扁平梳



TECHNIQUE

卷发

梳理头发时不可缺少的工具还有卷发器。想使发梢充满动感，让整个发型看上去具有厚实感（蓬松感），就要用到卷发器了。



发型梳编的基本技巧

02

魔术发卷

这种卷发器表面为尼龙贴扣，用法非常简单，只需要把头发卷在上面即可。推荐初学者使用这款产品。



01 用手拉起想要卷曲的头发。



02 一边拉伸头发，一边从发梢处将头发卷起。



03 卷到发根部时，用力将头发固定在卷发器上。

这时如果使用吹风机，就会像使用热力发卷一样使头发在短时间内上卷。



发型梳编的基本技巧

03

热力发卷

通过专用加热设备加热后使用的卷发器。对于已经熟练掌握卷发技巧的人，推荐这款产品。这种卷发器可以充分卷发并能长时间保持发型。



01 首先用手拉起想要卷曲的头发。



02 一边拉伸头发，一边从发梢向内侧卷头发。



03 卷到发根部时用发卡或夹子固定，几分钟后便可取下。



发型梳编的基本技巧

04

电子卷发器

这种电子卷发器的使用方法是夹住头发后，加热卷发器，头发便会向上卷儿。即使是直发的人，只要使用这款卷发器，无论是向里卷，还是向外卷，都可以轻松卷出自己喜欢的发型。



01 拉起想要卷曲的头发。



02 夹住头发的中间部分，滑动卷发器向发梢处。



03 将头发纵向卷起，保持几秒后放开即可。

用尖嘴夹将不做卷的头发夹住，这样在卷发时比较容易操作。



DVD

定型

为了保持发型要用发卡来定型。区别美式发卡与U型发卡的使用方法，可以做出更漂亮的头发。盘头时经常会使用这两种发卡。



发型梳编的基本技巧

05

美式发卡

美式发卡是形状有点像波浪的发卡。这种发卡虽然不能卡住很多头发，却能把头发牢牢地固定住。



- 01 用美式发卡将卷起的头发的发际与发根部卡在一起固定头发，从上方竖着插入发卡。

如果卡的头发过多，发卡就会露出来，同时也不容易保持发型。



●尖嘴夹

在做发型的过程中，用来固定头发，可以夹住大量的头发，在梳理发型时使用非常方便。



●皮筋

扎头发时使用，也有的皮筋上带有小珠子作为装饰。

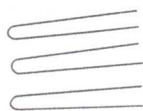


发型梳编的基本技巧

06

U型发卡

正如它的名字一样，U型发卡的形状呈U字形，是一种较软的发卡。它不会破坏头发的蓬松感，所以给蓬松的头发定型时或是想固定后面的头发时，可以使用这类发卡。



- 01 将发卡竖直插入头发后，把发卡放平推入头发，卡住卷起的头发与发根，从而固定头发。

将发卡放平推入头发，头发和发卡不容易松动。



●发夹

也被叫作“BP夹”。固定头发的同时还可作头饰。



▼贴士

黑色的皮筋因为不醒目，所以用它梳理出的发型看上去显得很整齐，使用起来非常方便。有装饰的皮筋、发夹等，可以在我们想要突出某个部位时使用。

■发夹

有BP夹和夹住头发起固定作用的鸭嘴夹等类型。



■横卡

用来夹头发，能够比BP夹更牢固地固定住头发。

■发簪类

在固定头发或完成发型后插入头发作为装饰的一种头饰。



■装饰皮筋

装饰有小珠子和东西的皮筋可以用来给发型增加亮点。



各种各样的发饰

发饰是梳理发型不可缺少的东西。各种各样的小珠子、蕾丝等材料对梳理发型也很重要，我们可以根据发型和心情来选择自己喜爱的发饰。

■发圈

里面有皮筋的布制发饰。先用黑色的皮筋把头发梳起来再带上发圈来装饰。



■发梳类

固定、装饰头发时使用。梳子的齿部藏在了头发里，能使发型看上去很整齐。



■法式发梳

比一般发梳的齿部粗，能更牢固地固定头发。

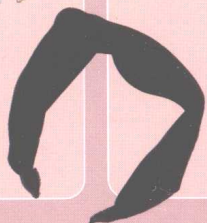
■头巾帽(发带)

布制的头饰，像戴帽子一样罩在头部，或像发卡一样戴在头顶上。



■发卡类

带在头顶上，可轻松改变自己的形象，使用起来很方便。



提升发型美感的 简单小技巧



发型梳编的基本技巧

07

发梳的使用技巧（蓬巴杜发式）



蓬巴杜，即通过蓬松的额发打造出富有立体感的发型。此发型非常适合搭配日常服饰，也适合与礼服搭配。这款发型适用于各种场合，属于万能发型。



01 将头发拧着向上卷。



02 将发梳插入头发根部，使之固定。



03 用指尖拉拽额发，把额头前的头发调整出蓬松感。



04 完成。



发型梳编的基本技巧

08

发饰（发簪类）



用发簪作装饰物打理发型时，只要掌握其中的技巧就能很容易将头发盘起。因为簪子比较稳固，即使发量较多，也能牢牢地固定住头发。适合与洋装搭配。



01 将头发聚拢在侧面拧紧。



02 盘起拧紧的头发，将发簪有装饰物的一侧朝里，插入盘起的头发中。



03 将发簪翻转。



04 将发簪向发髻内部插紧，完成。



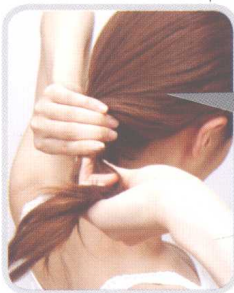
发型梳编的基本技巧

09

法式发梳的使用技巧（晚宴盘头式）



法式发梳的齿部比较粗，使用这款结实的花式发梳，可以轻松梳理出适合外出的各种发型。固定好头发后，就是不用其他发卡，发型也不易变形。



01 首先把头发集中梳理在一起，逆时针把头发拧起来。

要点



从脑后提起拧起的发髻。将头发拧起的同时不要放手，边拧边向上提起。



02 将发梢部分向下折，放入拧好的头发里面。



03 用发梳掏取表面和发团的头发。



04 翻转发梳，用力将发梳插入发根处。

要点



充分展开拧起来的头发，挡住发根部分。这是使梳理好的发型显得整齐，同时不容易变形的关键。

▼贴士

晚宴盘头是束发后提升头发的一种发型，是一款比较正式的发型。通过发梢的变化和发饰的搭配也可使发型显得休闲、轻松。



05 完成。

PART 1
BASIC TECHNIQUE



DVD

发型梳编的基本技巧

07
08
09





无论是在家休息还是外出，我们都希望能够迅速地梳理好自己的头发。让我们试着通过使用发饰来使发型变得更完美吧！

HAPPY
HAIR ARRANGE

PART 2

适合休闲与 放松的发型



适合休闲与放松的发型 01~14

UAL&RELAX

休闲

放松

拧起刘海儿的简单发型

用BP夹就能完成，适合假日休闲的场合

简单

2分钟

短发

柔	▼	硬
少	▼	多

短发容易给人以青涩、不成熟的感觉，但如果加些装饰物便可以完全改变这种印象。

FRONT



饰品

BP夹
美式发卡

SIDE

BACK