

A close-up photograph of a woman's face, smiling, with her hands held in front of her. Her fingers are decorated with various colorful nail art designs, including white base coats with yellow and red accents, and some with green and blue designs. The background is a soft, out-of-focus pink and white pattern.

日系指绘自己来!

时尚女生100款
流行指绘魔法书



Lovely & Sweet Nail

MTB东上颍★著



图书在版编目(CIP)数据

日系指绘自己来/东上颀著. — 昆明: 云南人民出版社, 2005.4

ISBN 7-222-04374-8

I.日… II.东… III.指甲—化妆—基本知识 IV.TS974.1
中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第020761号

e流美丽001

日系指绘自己来!时尚女生100款流行指绘魔法书

作 者: 东上颀
责任编辑: 刘存沛
装帧设计: 九天翰墨
责任印制: 刘伟能
出 版: 云南人民出版社
发 行: 云南人民出版社
社 址: 昆明市环城西路609号
邮 编: 650034
网 址: ynrm.peoplespace. Ⅲ net
E-mail: rmszbs@public.km.yn.cn
开 本: 24开
印 张: 3.75
版 次: 2005年4月第1版 2005年4月第1次印刷
印 刷: 山东新华印刷厂德州厂
书 号: ISBN 7-222-04374-8
定 价: 18.00元

尊敬的读者: 若你购买我社图书存在印装质量问题, 请与我社
发行部联系调换。

发行部电话: (0871) 4194864 4191604 4107628(邮购)

本书由台湾杰克魔豆文化事业股份有限公司独家授权

著作权合同登记号: 图字 23-2005-0011号

bico

日系指绘自己来!

Lovely & Sweet Nail



时尚女生100款流行指绘魔法书

序



“MTB” 东上颯董事长
东上人于

随着彩绘指甲艺术的引进，美甲指雕艺术在台湾广受年轻女性所青睐，美甲彩绘的流行不仅在时尚圈造成一股旋风，手足保养更成为社交礼仪中仪表修饰极为重要的一环台湾的美甲艺术深受日本风格影响，在日本，指甲彩绘保养已成为年轻上班族女性非常流行且普遍的造型之一，几乎人人都会在自己的指甲上做些巧思变化，无论是光疗指甲、水钻造型、法式指甲或3D精雕等。日本女孩更会因指甲彩绘的风格而改变其头发颜色、彩妆色彩、衣饰风格等整体造型搭配，强调自己迷人的魅力特质。

“MTB”不仅提供个人手足保养及指雕彩绘的服务，更与流行产业相结合，将艺术的趣味性加以延伸，例如与知名手机品牌合作，将手机面板与指甲彩绘图案结合，让科技产品兼具流行文化，或是参与大型party活动，为艺人做整体造型及提供现场来宾指甲彩绘服务，并且邀请日本最知名的造型师木下美穗里首度来台发表流行美甲造型秀活动，同步介绍日本最新的流行时尚，“MTB”更是受邀参加各大平面及电子媒体，推广专业的手足保养技术及最新流行资讯，并教导如何做好居家正确的手足保养方法。

台湾的美甲市场在这几年来有着极大的转变，从10年前我将日本手足保养技术及指甲彩绘艺术引进台湾到今日，眼见美甲市场的蓬勃发展，充分表现出台湾的流行艺术文化愈加地成熟，台湾美甲师对专业技术的要求及用心也让我印象非常深刻，MTB引进美国知名品牌“essie”及“ORLY”指甲油、以及顶级沙龙所使用的手足护理产品“bio solutions”，就是期望能带给台湾的专业美甲师及消费者更好更多样化的选择。

这本书的内容集结了很多位专业美甲师精心设计的作品，期望借着这本兼具流行与专业的美甲书籍来达到抛砖引玉的作用，让更多对于手足护理及指雕彩绘有兴趣的年轻女性投入更专业的流行美甲世界中。

您永远的朋友——“MTB”东上颰复合式美容中心

董事长

東上颰

暨全体员工



序



东上随彩绘师
谢玉凤

谢玉凤

接触手足护理、艺术指甲，是6年前开始的事。当初，只是为了挑战指甲片的艺术究竟能发挥到什么程度，没想到最后竟与这行结下不解之缘，真的要感谢当初带领我入门的老师，在这里跟你说声：“谢谢。”在她有耐心及爱心的教导下，我才能有今天的成绩，因此，现在的我将付出更多耐心及爱心来教导学生，希望培育出更多优秀的人材，当然，我也谢谢MTB东上董事长能给我这个机会。

谈到指甲艺术这方面，我认为现代人对美感的要求，已经由脸部转移到手足指甲上。不论是指甲是否修剪整齐干净，或者是指甲的色彩图案，乃至整体的服装、彩妆搭配，都是被要求的重点，所以，美丽的指甲可说是已经代表了女性魅力的第二张脸。

想要成为一位专业的美甲师，不仅对流行的敏感度要强，基本的护理也须具备。这是一条很辛苦的路，除了要有兴趣之外，耐心与毅力也是很重要的。想要拥有美丽健康的指甲，也绝非是马上就能看到成果，必须要养成长期固定的保养习惯才行。

除了定期一个月去沙龙修护1~2次外，我建议爱美的女生们，平常就要在家里做简易的护理保养，才能持续维护双手的美丽。护理保养并不难，本书就是要教大家自己在家DIY保养的方法，步骤非常简单易学，如果想要朝美甲师之路前进，书中所介绍的学习管道，也供可爱的女孩们参考，希望所有的小诀窍和秘方，对大家都有帮助，也希望大家能在指甲彩绘的天地，找到自己的乐趣，玩得很开心。

■ 推荐序

指甲彩绘……美丽的另一个表现平台。

由一个热衷指甲彩绘的爱美女生口中衡量：“到底需不需要指甲彩绘？”、“有一定的重要性吗？”这是一种不太客观的事，虽然美丽的看法以及做法见仁见智，人人变的戏法都不同，但是在我的时尚世界中，我坚持，女人要有一双迷人的双手。

彩绘玩久了，我也练就了一点观察指甲彩绘透视心理的能力，不骗大家，如果你仔细研究，女人的手真的能够传递讯息！基本的就是你的年龄、工作型态以及生活背景。再深入一点，还可以看出你的个性有没有主见？喜欢哪个派系的时尚？对流行是不是敏感？最近沉迷于哪个偶像？就连你男友喜欢什么样的女孩都可以略见一二，是不是很有趣？因为不管是颜色或花色的选择都会一一反应在你内心的想法和状况，当然不包括因为不耐久而睡倒在彩绘台上、一切交由美甲师全权处理的随兴女子……

现在开始有个机会，你可以藉由这本书，让你的手替你说话，也许是传情或无声的抗议，总之那是你……

从此之后，让男人魂牵梦萦的不只是美丽的容颜、姣好的身材，还有你那双会说话的手……

流行与美丽的代言人

何嘉文



Vivian Ho
嘉文



8 **Home&self Nail Care**
基础上色教学指南

15 **Color Catalog!**
指绘调色盘

粉&红 Pink&Red
金&棕 Gold&Brown
黑&白 Black&white
蓝&紫 Blue&Purple

55 **十二星座幸运指彩**

火象星座
土象星座
风象星座
水象星座



60 **指绘师的心路历程**

美甲学院课程介绍

62 **人气6大精选造型风**

法式 优雅 华丽 Party 可爱 时尚

69 **人气天后的珍爱新色**

Julia Roberts—essie10
Renee Zellweger—essie404
Madonna—essie290
Britney Spears—essie384
Jennifer Lopez—essie322

70 **居家手足护理SPA**

73 **流行风向球**

Nails Fashion From Japan & U.S.A
木下美穗里
艾西温卡登 (Essie Weingarten)
杰夫平克 (Jeff Pink)





contents*

78 Salon Report! 人气沙龙“MTB”

MTB忠孝本店
MTB微风旗舰店
MTB仁爱店
MTB大叶高岛屋店
MTB远企店

83 Nail Goods! 常用小物&工具 指甲油彩色图鉴



上色教学

步骤指导

★ 美甲师 谢玉凤



完整的手部保养是美丽彩绘的重要过程，本篇介绍有关指甲上色前的基础步骤教学，在家也能保养自己来！



Home *Care

STEP by STEP

✓修型 → □甘皮处理 → □保养上色 → □居家按摩

STEP 1



依照自己喜好的指甲形状，从指甲前端开始用搓板朝同一个方面磨修成型，两旁也应注意磨得均等。修型时搓板跟甲面的角度成45°角。



特别设计打亮指甲表面，180磨面快速磨型，适用于自然和假指甲。
BlackBoard
黑色搓板

STEP 2



在甲皮部位涂上甲皮软化剂，软化厚且干燥的甲皮。



涂在甲皮上可使甲皮更柔软圆润，同时具有除去指甲上旧污垢的效果，对脚部修甲软化效果更佳。

Cutique
甲皮软化剂

Home *Care

STEP by STEP

□修型→☒甘皮处理→□保养上色→□居家按摩

STEP
1



在泡水盆放入约5分满的温水，将手指完全浸泡。

STEP
2



将橘木棒沾水后，慢慢卷起棉花。

STEP
3



将卷好的橘木棒沾上少许温水，以画圆圈的方式将死去的甲皮轻轻推除，并去除指缝间的不洁物。

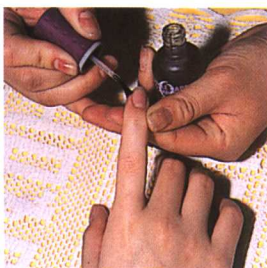
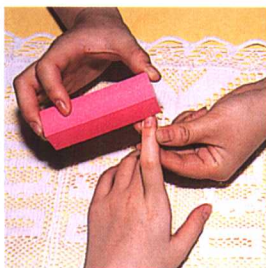
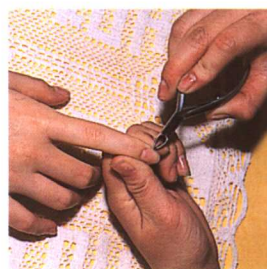
STEP
4



用电动去皮机清除指甲周围的硬皮，以打圆方式磨皮。

STEP
5

用指皮钳剪掉指甲周围的肉刺，再用消毒棉布轻轻擦拭。



STEP
6

以方型搓板将甲面凹凸处磨平，避免上色不均。注意不可磨过头，否则会造成甲面太薄易断裂。在软皮部位涂上润甲油，再用手指轻轻按摩使甲床充分吸收养分。

STEP
7

蓝抛绵。利用灰白黑三面抛光。



Home *Care

STEP by STEP

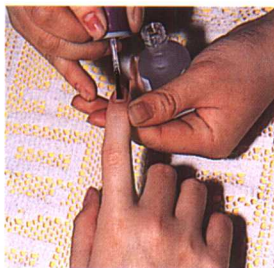
□修型→□甘皮处理→☒保养上色→□居家按摩



配合天然植物精华和胡萝卜蛋白油，可深入滋润甲床和甲皮，内含葡萄籽油、玫瑰花油、维生素E等营养成分。

Cuticle Care
Complex润甲油

STEP
1



在甲面部位涂上结甲底油，使指甲油不易脱落掉色。



当底油使用，增加甲油附着力，防止脱落掉色。

Bonder
结甲底油



STEP
2



于指甲前端开始涂上指甲油，此步骤可使甲油不易脱落掉色。

STEP
3



由指甲中央、两端的顺序逐渐上色。

STEP
4



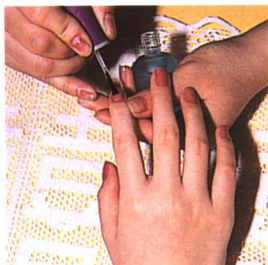
待两层甲油上完后，以橘木棒裹上棉花沾取去光水，将涂出甲面的多余甲油去除干净。

STEP 5



涂上第二层指甲油，待干后，在指甲前端涂上无缺损甲油防止脱落。

STEP 6



在指甲表面再涂上一层无缺损甲油防止脱落，并让表层更加平滑。

STEP 7



完成啰！



当面油使用，防止指甲油脱落损坏，可维持1~2星期不掉色。
Won't Chip
无缺损甲油



当有色的底油使用，内含丝成分，让指甲不易断裂更有张力。

Nail Armor
粉色修补甲油



居家保养推荐工具

别看指甲仅是小小一片，不妥善保养可是会暴露出手部的缺点喔！小编精心挑出下面几项居家保养的好帮手，依自己的需求选择吧！

去甲皮工具 ★FILES

ONLY沙龙专用搓板

特殊设计磨面可打亮指甲表面与凹凸不平的部分。



No Bite苦甲水

带有苦味的指甲油，帮助有咬指症者改善坏习惯，使指甲健康成长。



Home
Care

Check!
Check!

居家保养推荐工具

底油&面油 ★ BASECOATS

Nails For Males
男士专用甲油

独一无二的配方，使男性使用甲油看起来更自然，当底油及甲油使用。



Smudge Fixer
甲油修补油

可当面油使用，抚平防止甲油未干发生刮痕修补作用。



清洁工具 SANITATION



1

2

1 Spritz Dry
指甲快干喷剂
在指甲油上轻轻一喷，就可迅速干燥。

2 Clean Nails
消毒喷剂
消毒和清洁手部及足部，保持干爽，使上色更顺畅。

卸甲工具 POLISH REMOVER

2
温和型 (绿)

强力型 (蓝)



1 Slip It Off
海绵式去光水
(超强型)

Gentle Formula Nail
Polish Removers
适用于自然指甲，沙龙指定的配方，可快速清除指甲。

3 Nail Polish Thinner 甲油稀释液
专门稀释已经变浓稠或干掉的指甲油

4 Brush-On Glue
可轻易修补断裂或破损的指甲。

5 Wrap & Tip Remover 海绵式卸甲水
快速去除假指甲

Best Goods!

推荐保养小物

Moisture Masque 滋润手膜

高保湿功能，能使手部皮肤柔软平滑。小麦蛋白质帮助滋润肌肤，芦荟和甘菊帮助软化皮肤，而鼠尾草则提供彻底清洁肌肤的完美功效。



Skin Soothing Creme
皮肤舒缓霜

可滋润和帮助皮肤保持到中性最佳状态，成分综合红花和橄榄油，能滋润平滑手部肌肤，芦荟和鼠尾草精华则可柔化肤质，给你细致触感。



Home
Care

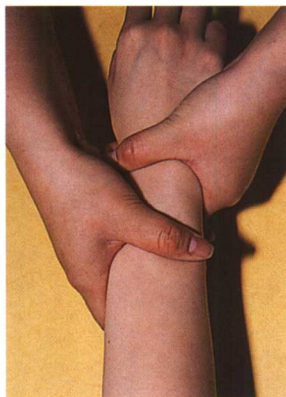
Home *Care

STEP by STEP

□修型→□甘皮处理→□保养上色→☒居家按摩



STEP 1 在手背上涂抹滋润手膜，替手部持续保湿，使其平滑柔软。



STEP 2 将手背上的滋润霜按摩到手腕，使手部散发芳香气息。



STEP 3 自手掌按摩自指间部位，再轻轻按摩指尖，促进血液循环。



STEP 4 搓揉手掌心促进血液循环，保持皮肤在最佳的红润状态。

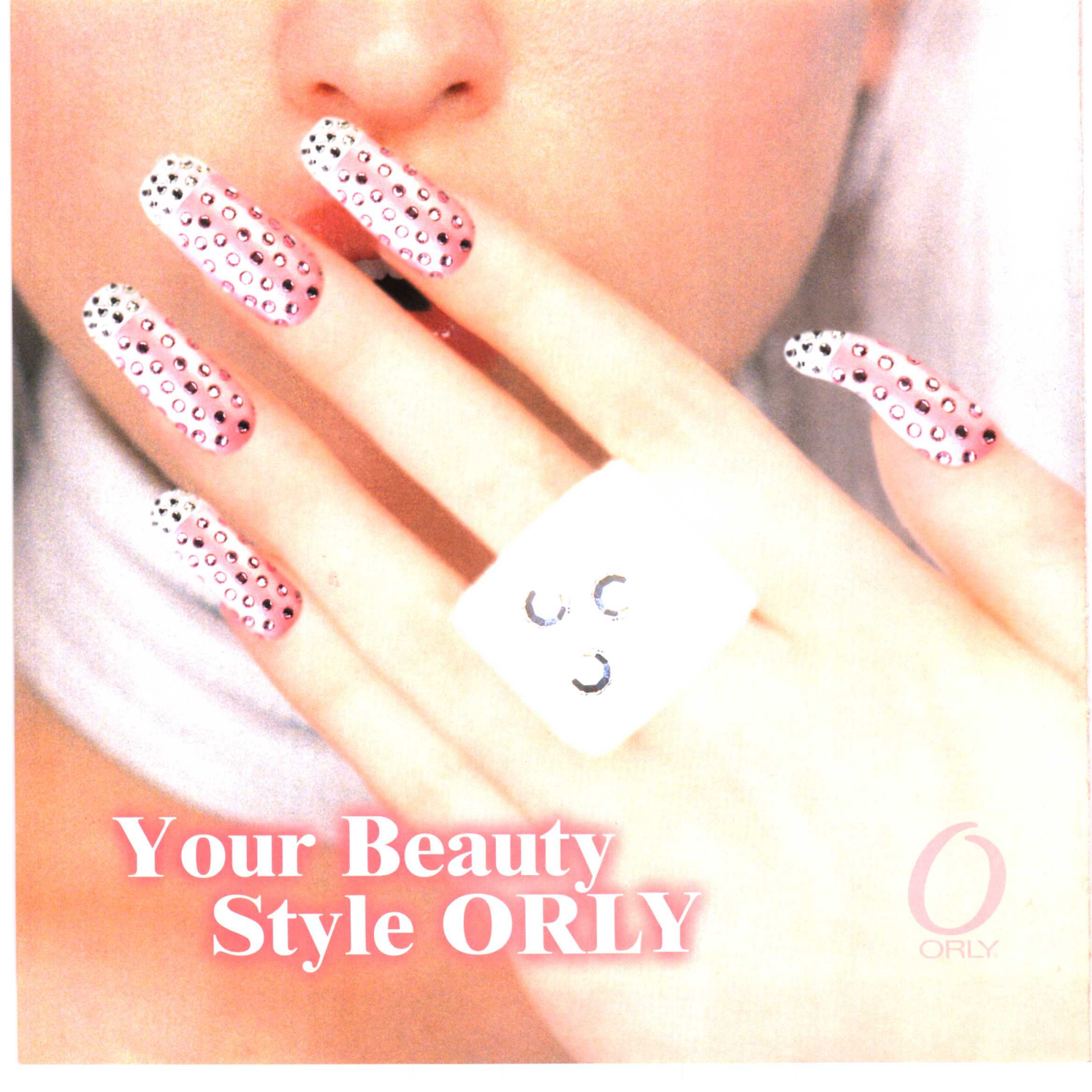


STEP 5 同步步骤2将手掌中的滋润霜按摩到手腕内侧。



STEP 6 最后用指关节部分按压手心中央，以穴道按摩的方式通畅血液循环。





**Your Beauty
Style ORLY**

O
ORLY



Color Catalog!

指绘调色盘



迷人的春色粉、清新的透明系、时尚的彩绘棕……40页的色系分类，
让你轻松找出最match自己的造型
指绘，5分钟快速完成春天造型！

