



零基础也可以轻松入门



附实用的  
手工缝纫  
基础笔记

# 手作族必备

# 手缝入门 教科书

〔日〕高桥惠美子 著 张登云 译

## 手工缝纫基础笔记

各种常用手缝针法

胸省  
圆领 V领  
连衣袖  
衬衫袖

## 简单小饰物的制作教程

胸花·发箍·发圈·流苏·领子

## 穿着舒适的成人装、童装

吊带衫和吊带裙·束腰衣·V领罩衫·连衣裙·T恤·百褶裙

## 每天都想带着的包包

荷包·环保袋·大手提包·挎包·包中包

## 疑难排解

修整开衩的接缝  
把裙摆改到喜欢的长度  
修补衣服上的洞

制作方法详细图解  
实物大纸型

即便是初次尝试  
也可轻松缝制

中原出版传媒集团  
大地传媒

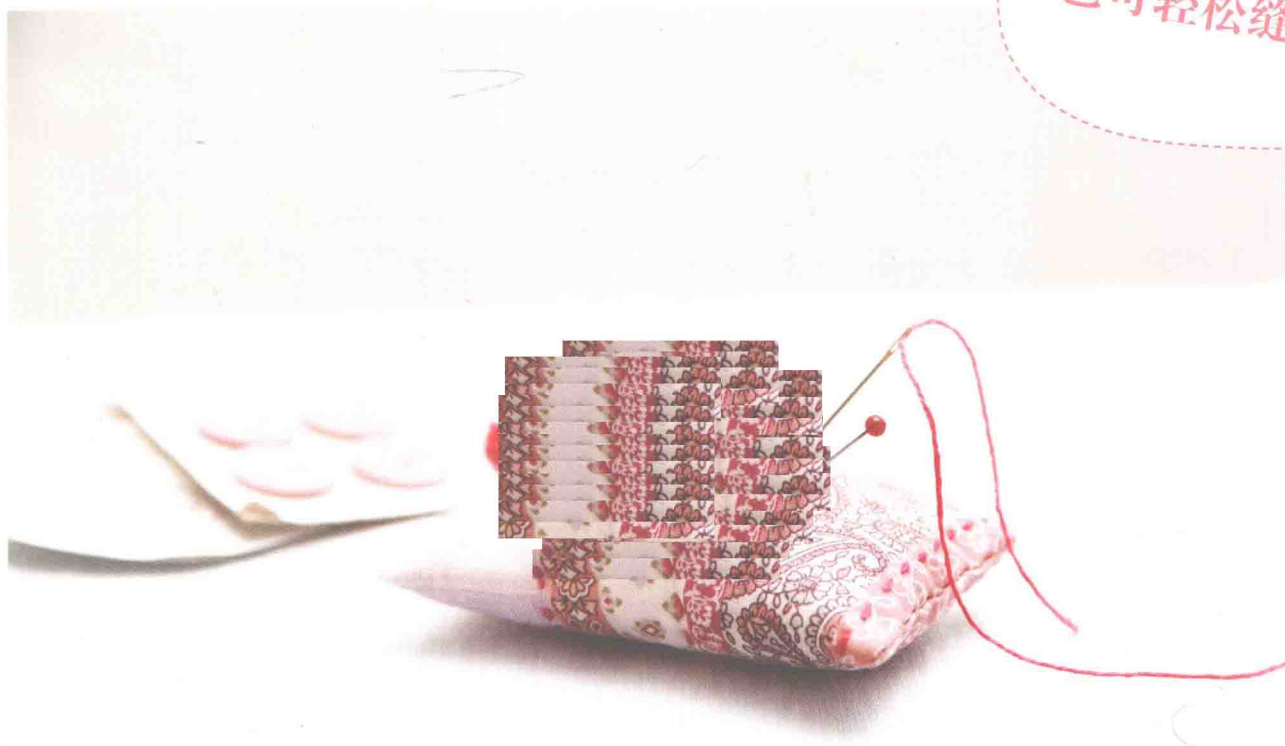
河南科学技术出版社

手作族必备

# 手缝入门教科书

〔日〕高桥惠美子 著  
张登云 译

即便初次尝试  
也可轻松缝制



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

ICHIBAN YOKUWAKARU TENUINO KISO (NV70146)  
Copyright©Emiko Takahashi 2012©NIHON VOGUE-SHA 2012 All rights reserved.  
Photographers: ASAKO OGURA, YUKI MORIMURA, WATARU NAKATSUJI,  
NORIAKI MORIYA  
Original Japanese edition published in Japan by NIHON VOGUE CO., LTD.,  
Simplified Chinese translation rights arranged with BEIJING BAOKU INTERNATIONAL  
CLTURAL DEVELOPMENT Co., Ltd.

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

手缝入门教科书 / (日) 高桥惠美子著; 张登云译. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2015.4  
(手作族必备)  
ISBN 978-7-5349-7365-9

I. ①手… II. ①高… ②张… III. ①服装裁缝 IV. ①TS941.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第230773号

---

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路66号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028 65788613 65788631

网址: [www.hnstp.cn](http://www.hnstp.cn)

策划编辑: 刘欣

责任编辑: 梁莹莹

责任校对: 张小玲

封面设计: 张伟

责任印制: 张艳芳

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经销: 全国新华书店

幅面尺寸: 213 mm × 285 mm 印张: 7 字数: 18千字

版次: 2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷

定价: 39.00元

---

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系并调换。

# 目 录



## 4 卷首语

## 5 手工缝纫基础笔记

### 手工缝纫基础知识

- 6 穿线的方法 线的长度 中途线用完的情况  
指甲刮平 别珠针的方法
- 7 系死结的方法 手缝的开始 手缝的结束  
打结收尾
- 8 平针缝 回针缝 半回针缝 全回针缝
- 9 包缝 外包缝
- 10 劈包缝 立针缝 卷针缝 藏针缝

### 斜布条

- 11 裁开方法 接合方法
- 12 滚边 反缝边

### 局部缝制

- 13 胸省 折缝
- 14 缝肩部 胁和下摆开口

### 领窝

- 15 圆领 V领
- 16 前开口
- 17 后开口

### 缝袖子

- 18 连肩袖
- 19 衬衫袖

### 松紧腰 下摆

# Lesson 1

## 22 开始前的准备工作

### 24 关于布料

适合手工缝纫的布料 布纹的方向 正、反面的识别方法 布的相关性质

### 25 用语

折线和布筒 正面相对和反面相对

### 26 所需工具

纸型和裁剪的工具 手缝的工具 标记的工具  
收尾的工具

### 27 便捷工具

### 28 黏合衬

作用 正面和反面 种类及选择方法 黏合方法

### 29 附件

两眼、四眼纽扣的缝法 暗眼扣的缝法 摺扣的缝法

## 30 简单小饰物的制作教程

### 30 胸花

### 32 针插

### 33 流苏

### 34 发箍

### 35 发圈

### 36 领子

### 37 包扣

### 38 胸花



## Lesson 2

### 40 穿着舒适的成衣、童装

- 42 纸型的准备和使用方法 纸型的描法
- 43 标记和裁剪
- 44 吊带衫和吊带裙
- 46 吊带裙 制作方法
- 50 吊带衫 制作方法
- 53 束腰衣
- 54 V领罩衫
- 55 连衣裙
- 56 T恤 松紧腰裤
- 58 百褶裙
- 60 制作方法

## Lesson 3

### 78 每天都想带着的包包

- 80 荷包
- 81 环保袋
- 82 大手提包
- 83 挎包
- 84 包中包
- 85 制作方法

## Lesson 4

### 94 想要做很多的婴儿服

- 96 围嘴
- 97 内衣
- 98 罩衫
- 99 灯笼短裤
- 100 制作方法

### 108 疑难排解

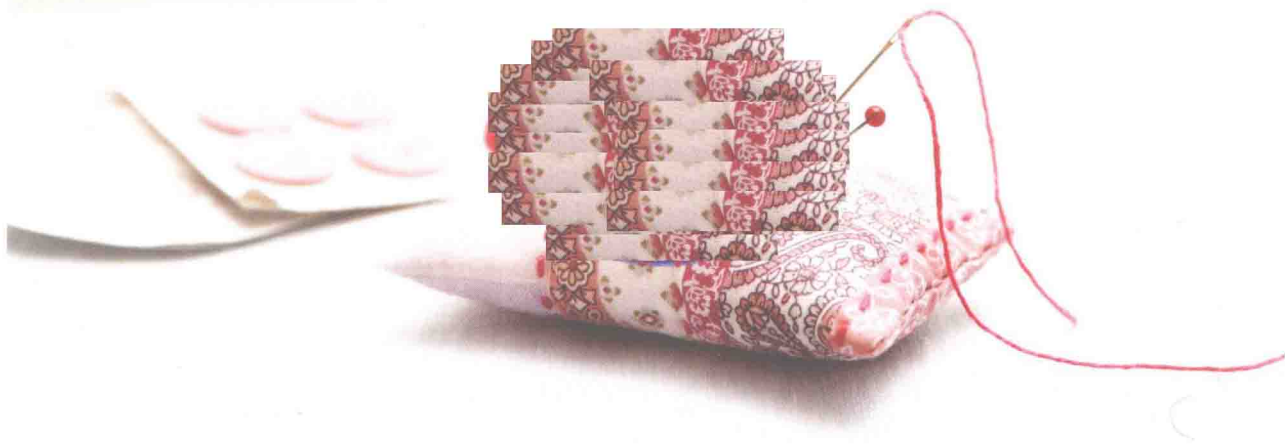
- 修整开衩的接缝
- 把裙摆改到喜欢的长度
- 修补衣服上的洞

手作族必备

# 手缝入门教科书

〔日〕高桥惠美子 著  
张登云 译

即便初次尝试  
也可轻松缝制



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

# 目 录



## 4 卷首语

## 5 手工缝纫基础笔记

### 手工缝纫基础知识

- 6 穿线的方法 线的长度 中途线用完的情况  
指甲刮平 别珠针的方法
- 7 系死结的方法 手缝的开始 手缝的结束  
打结收尾
- 8 平针缝 回针缝 半回针缝 全回针缝
- 9 包缝 外包缝
- 10 劈包缝 立针缝 卷针缝 藏针缝

### 斜布条

- 11 裁开方法 接合方法
- 12 滚边 反缝边

### 局部缝制

- 13 胸省 折缝
- 14 缝肩部 肋和下摆开口

### 领窝

- 15 圆领 V领
- 16 前开口
- 17 后开口

### 缝袖子

- 18 连肩袖
- 19 衬衫袖

### 松紧腰 下摆

# Lesson 1

## 22 开始前的准备工作

### 24 关于布料

适合手工缝纫的布料 布纹的方向 正、反面的识别方法 布的相关性质

### 25 用语

折线和布筒 正面相对和反面相对

### 26 所需工具

纸型和裁剪的工具 手缝的工具 标记的工具  
收尾的工具

### 27 便捷工具

### 28 黏合衬

作用 正面和反面 种类及选择方法 黏合方法

### 29 附件

两眼、四眼纽扣的缝法 暗眼扣的缝法 摺扣的缝法

## 30 简单小饰物的制作教程

### 30 胸花

### 32 针插

### 33 流苏

### 34 发箍

### 35 发圈

### 36 领子

### 37 包扣

### 38 胸花



## Lesson 2

### 40 穿着舒适的成衣、童装

- 42 纸型的准备和使用方法 纸型的描法
- 43 标记和裁剪
- 44 吊带衫和吊带裙
- 46 吊带裙 制作方法
- 50 吊带衫 制作方法
- 53 束腰衣
- 54 V领罩衫
- 55 连衣裙
- 56 T恤 松紧腰裤
- 58 百褶裙
- 60 制作方法

## Lesson 3

### 78 每天都想带着的包包

- 80 荷包
- 81 环保袋
- 82 大手提包
- 83 挎包
- 84 包中包
- 85 制作方法

## Lesson 4

### 94 想要做很多的婴儿服

- 96 围嘴
- 97 内衣
- 98 罩衫
- 99 灯笼短裤
- 100 制作方法

### 108 疑难排解

- 修整开衩的接缝
- 把裙摆改到喜欢的长度
- 修补衣服上的洞



# 卷首语



只要有了针、线和柔软的布料，  
任何人都能从事简单的手工缝纫。

本书详细介绍了初次动手的人也能轻松制作的手工缝纫基础。

根据缝法不同，手工也可以制作出结实的作品。  
使用工具可以使缝纫变得更简单、更好。

先从制作小物件开始，慢慢地再开始做包包和衣服。

手工衣服所用的缝法是与以往看起来很复杂的西式裁剪完全不同的新方法。  
立体裁剪的样式有着简单且漂亮的线条，  
缝合后可制成柔软、舒适的衣服。

请悠闲地享受手工缝纫的乐趣。

高桥惠美子





*Basic Notebook*



手工缝纫  
基础笔记

## 手工缝纫基础知识

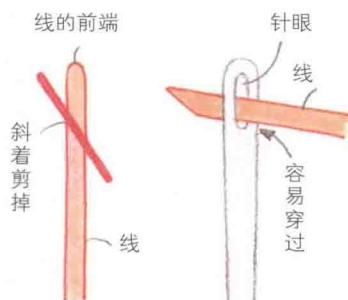


手工缝制的第一步是记住基本的缝纫方法。

根据用途的不同，缝纫方法也随之改变，所以不管是小物件还是衣服都可以缝纫。

### ● 穿线的方法

斜着剪掉线的一端，使其更容易地穿过针眼。将线穿过针眼后，为了防止脱落，给线的另一端打上结。



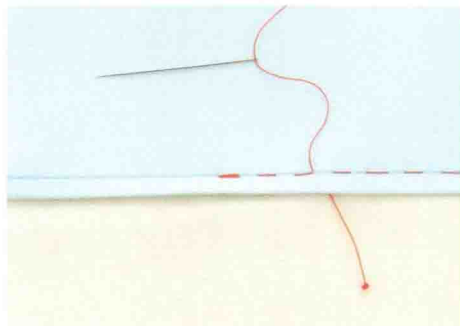
### ● 线的长度

取一根线穿过针眼。拿着穿着线的针，线两端的长度差是15cm的话，既不会过短也不会过长，容易缝纫。



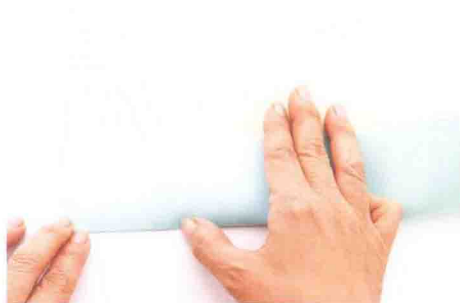
### ● 中途线用完的情况

若正进行缝纫的线变短了，这时只需停下穿上一根新线。缝完的线打一个死结，然后剪短余线。重新穿上线缝纫时，返回缝两三针接着照原样向前缝即可。



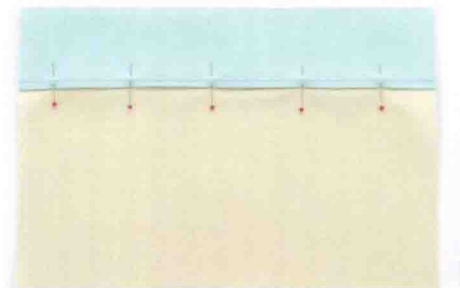
### ● 指甲刮平

分开缝份或是将布折成两层、四层时经常使用这种方法。将布沿着折线轻轻地折，然后用左手紧紧压住。右手大拇指的指甲垂直于布，慢慢地沿着折痕向右移动。指尖不会留下清晰的痕迹，要注意。



### ● 别珠针的方法

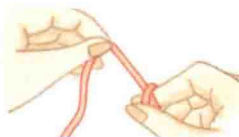
用“别”来形容固定珠针的方法。将珠针的针尖对准窝边那一侧，在对着缝纫方向的布上打上直角的话，布料不容易松动而且可以完成得较漂亮。手缝时，珠针别的话多的话不容易操作，所以建议一次别四五根，一点一点地缝。



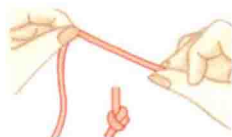
### ● 系死结的方法



1 将线的一端在食指上绕一圈。

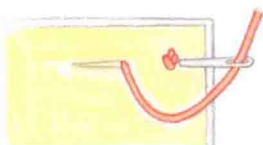


2 用大拇指压住线，在上面绕几次。

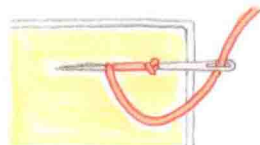


3 用中指将绕过的线按拉，形成死结。

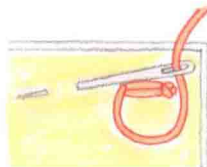
### ● 手缝的开始



1 缝一针，然后将针返回最初的地方再缝一针。

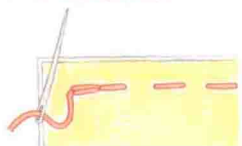


2 再将针返回并在同一地方缝（共返回了两针）。

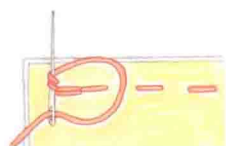


3 继续缝。

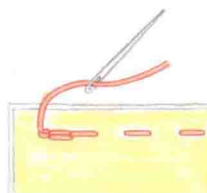
### ● 手缝的结束



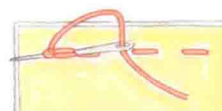
1 将缝完的线返回缝两针。



2 将缝完的线绕两三圈在针尖上。



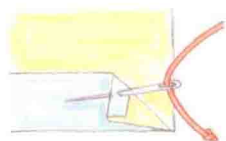
3 压住绕过的地方拔出针并拉线打结。



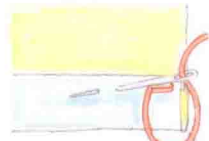
4 返回缝一针后剪掉线。

### ● 打结收尾

手缝的开头

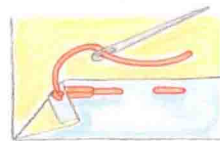


1 为了遮住死结，可以从里向外缝。



2 返回缝两针再继续缝。

手缝的结尾



1 将缝完的线返回再缝两针后从里面出针打结。



2 针出现在表面后剪掉线。

## ● 平针缝



手缝的基本针法，也叫平伏针缝。针交替出现在布的反面和正面，等间隔均匀缝。



1 当针扎向布的反面时，用手按住针并用左手将布推向针。

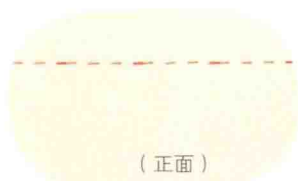


2 当针从正面出来的时候，将左手握着布往下压。

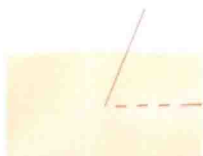
〈截面图〉



## ● 回针缝



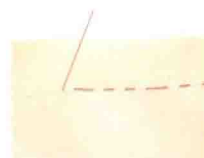
这是很结实的缝法。平针缝两三针后往回缝一针。



1 等间隔缝两三针（平针缝）。

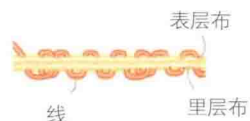


2 在缝了两针处往回缝一针。

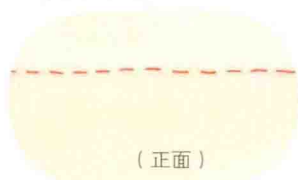


3 重复步骤1和2后，继续缝。

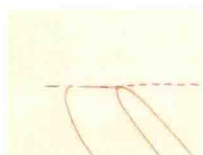
〈截面图〉



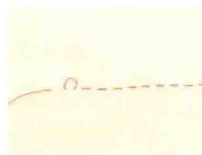
## ● 半回针缝



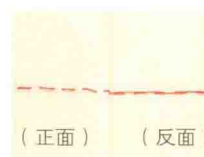
缝一针，再返回到原针脚的一半处再往回缝一针。比回缝更结实。



1 缝一针后，回到原针脚的一半处，再缝一针。

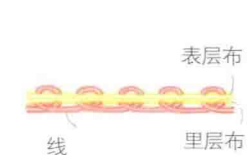


2 拉线并重复步骤1。



3 完成。

〈截面图〉



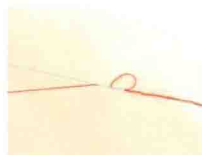
## ● 全回针缝



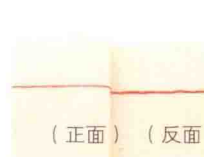
每缝一针就往回缝一针的缝法。可以只在需要缝得结实的地方用全回针缝。



1 缝一针，在两针的针脚处再往回缝一针。



2 拉线并重复步骤1。

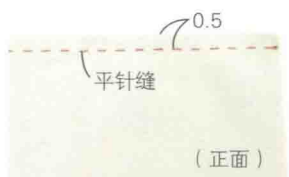


3 完成。

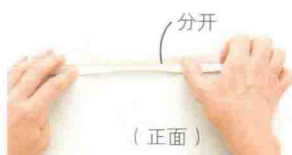
〈截面图〉



## ● 包缝



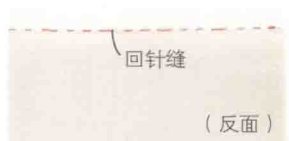
1 将两块布反面相对，平针缝缝合。



2 用指甲将缝份分开。



3 将布正面相对并用指甲刮压。



4 在完成线上回针缝。



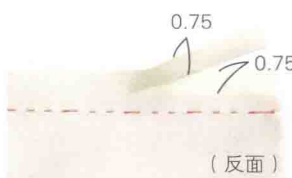
5 缝制完成。包缝布边是为了防止接缝绽开，是最基本的、最美观结实处理缝份的方法。



## ● 外包缝



1 将两块布正面相对并回针缝。



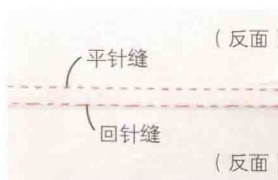
2 将其中一片缝份剪掉一半。



3 将两片布展开，并用较宽的缝份包住较窄的缝份折起来。



4 将步骤3倒向窄的缝份，如图所示。

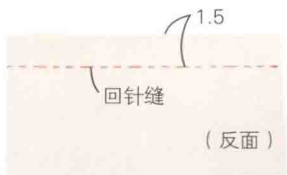


5 将缝份的一端平针缝缝合。

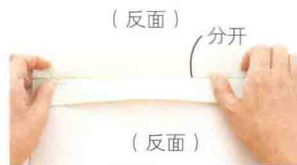


6 缝制完成。外包缝多用于下裆等需要缝得很结实的地方。

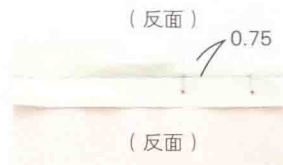
### ● 劈包缝



1 将两块布正面相对并回针缝缝合。



2 用指甲将缝份分开。



3 将缝份一半折进里侧。

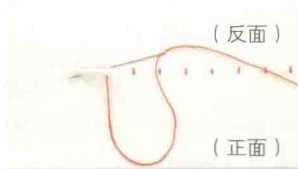


4 将缝份的一侧平针缝。

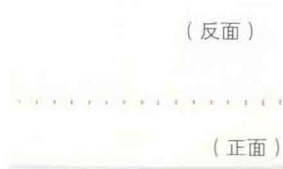


5 缝制完成。缝份是分开缝的。

### ● 立针缝(竖绕缝)



1 针从折起来的布的里侧扎入，斜着从上面表侧出来，并将外露的线迹缝成直角。

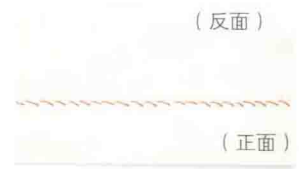


2 缝制完成。

### ● 卷针缝(绕缝)

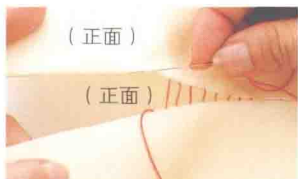


1 针从折起来的布的里侧扎入，细细地缝表侧并从外折痕处出来。

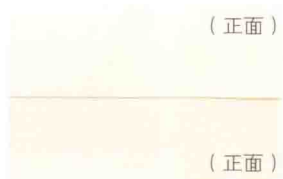


2 缝制完成。

### ● 藏针缝(コ形绕缝)



1 将两片布的外折痕对接，并让线以コ形将外折痕等间隔地缝合。



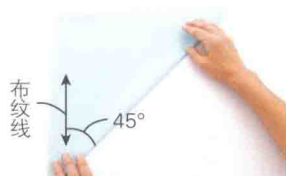
2 缝制完成。这种缝法用于处理返口，不管从正面还是从反面都看不到接缝线迹。

## 斜布条



斜布条是沿布纹45°倾斜方向裁剪出的布条。这种布条的伸缩性好，经常用作处理袖口、领口等。

### 裁开方法



1 将布折45°角并留下折痕。



2 将尺子与折痕对齐，按斜布条的宽度做画线。

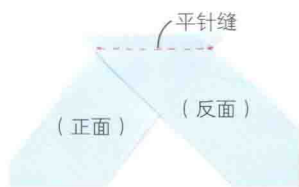


3 按照画线裁剪。

### 接合方法



1 将两条斜布条的一端正面相对。



2 用平针缝将其缝合。



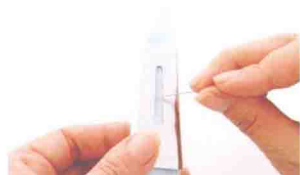
3 将缝份分开。



4 剪掉超出斜布条的缝份。

### 制带器的用法

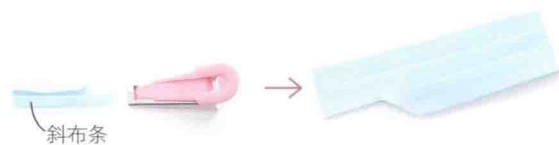
用熨斗烫好折痕制成的斜布条，可以用市面上卖的制带器轻松做成。



1 将斜布条插入制带器，用针在背面将其推至制带器入口。



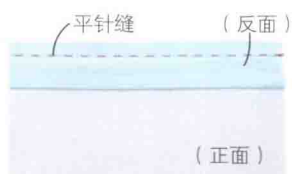
2 将斜布条从制带器出口拉出来，用熨斗烫压出折痕。



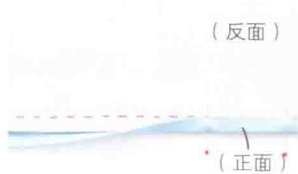
3 制作完成。由于折痕容易展开，可以将斜布条缠在厚纸板上。



## ● 滚边



1 将布与斜布条正面相对，对齐缝合。

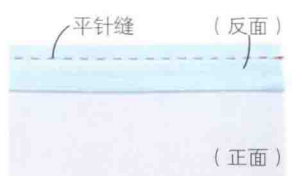


2 将斜布条翻到布的反面包起缝份，并用珠针固定。

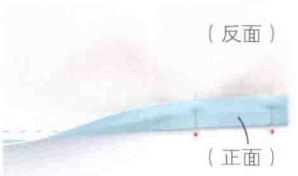


3 用立针缝缝制，使布的正面看不到针脚。

## ● 反缝边



1 将布与斜布条正面相对，并平针缝缝合。



2 沿步骤1的缝线将斜布条翻到布的反面，用珠针固定。



3 将斜布条边缘平针缝。

### 斜布条和布宽

为了让手工制作顺利进行，事先记住常用斜布条所需的布宽。普通布料可以参考下表。厚布料的情况下可以根据布料的厚度调整。

成品宽	斜布条宽
12mm	28mm
18mm	40mm
25mm	52mm



(左) 棉布、两折布条/宽20mm  
(右) 棉布、斜布条/宽11mm



(左) 麻布、两折布条/宽12.7mm  
(右) 麻布、斜布条/宽11mm



滚边编织布带  
(宽11mm)

市面上卖的斜布条不管是布料还是颜色、花纹都很丰富。有棉、麻、编织纱布、印花布等。手工很难做的编织布带市面上也有卖，非常简单方便。用同一布料做也行，使用现成的布带做也行，只要做出自己想做的作品就好。



(左) 纱布、两折布条/  
宽12.7mm  
(右) 纱布、斜布条/  
宽11mm