

最炫美甲技法

ネイル
NAIL UP!

SHOW

日本靓丽出版社 编著 李扬 译



最爱闪亮与华丽
让指甲光彩夺目

I ♥ DECO

4大美甲类型讲座

彻底掌握美甲技法精髓

14位著名美甲师

首次公开最新美甲艺术

1275款超级美甲造型

最时尚最可爱的美甲设计大集合

超人气美甲师名单

请看耀眼的绝美艺术

立体雕花美甲讲座

可爱的立体美甲让人情绪高涨

光疗美甲技法讲座

重点讲解光疗美甲技巧

喷绘美甲技法讲座

剖析别具一格的喷绘美甲

TITLE: [ネイルマスターBOOK 2009年版]

BY: [ブティック社]

Copyright © BOUTIQUE-SHA.,2009

Original Japanese language edition published by BOUTIQUE-SHA.

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 BOUTIQUE-SHA.,Tokyo through NIPPON SHUPPAN HANBAI INC.

© 2012, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本靓丽出版社授权辽宁科学技术出版社在中国范围内独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2010第209号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

最炫美甲技法SHOW / 日本靓丽出版社编著; 李扬译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2012.8

ISBN 978-7-5381-7563-9

I. ①最… II. ①日…②李… III. ①指(趾)甲-化妆-基本知识 IV. ①TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第146177号



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总策划: 陈庆

策划: 米海鹏

设计制作: 季传亮

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 北京九歌天成彩色印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 210mm × 182mm

印张: 5.5

字数: 49千字

出版时间: 2012年8月第1版

印刷时间: 2012年8月第1次印刷

责任编辑: 卢山秀 谨 严

责任校对: 合力

书号: ISBN 978-7-5381-7563-9

定价: 29.80元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkj@126.com

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/7563

最炫美甲技法

ネイル
NAIL UP!

SHOW

日本靓丽出版社 编著 李扬 译

TS974.1
/46

辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

目录

CONTENTS

Part 1 完美美甲技巧宣言 3

第1课时 护理与上色的基本方法 4

第2课时 了解指甲护理的基本用品 16

第3课时 4大美甲类型全介绍 20

第4课时 美甲完全攻略图表 32

Part 2 《美甲先锋》大讲堂 37

第1课时 甲片的配带方法 38

第2课时 没干燥的指甲油碰花了怎么办 39

第3课时 甲面断裂应急处理 40

第4课时 让美甲贴纸发挥最大魅力 41

第5课时 橘木棒的使用方法 41

第6课时 水晶美甲和光疗美甲的区别 42

Part 3 超级美甲造型精选集 43

光疗美甲 44

钻石美甲 49

足部美甲 53

立体雕花美甲 57



日式美甲 61

华美型美甲 65

小饰物美甲 69

Part 4 超级美甲技巧讲座 73

光疗美甲技巧讲座 74

水晶美甲技巧讲座 102

喷绘美甲技巧讲座 117

立体雕花美甲技巧讲座 124

Part 5 超级美甲词典 130



第1课时

手部与足部护理教程大公开！
护理与上色的基本方法

第2课时

寻找最适合自己的超级美甲用品吧！
了解指甲护理的基本用品

第3课时

一起挑战4大美甲造型吧！
大美甲类型全介绍

第4课时

随心所欲的时尚
美甲完全攻略图表

Nail Technique

Part 1

完美美甲技巧宣言

从手部护理、基本上色方法到最精湛的美甲技法，让你完全掌握最流行的美甲打造法！想成为最时尚的美甲大师，这里就是你的起点！！

第1课时

手部与足部护理
教程大公开!

护理与上色 的基本方法

手部的护理和上色方法是美甲基础中的基础。如果没有认真进行护理，那么做出来的美甲造型也会黯淡无光，看起来就会死气沉沉的哟!

手部护理可是至关重要的哟!



Jinbo Mari小姐

美甲师

使用的基本材料



A: 粗格指甲锉; B: 抛光条; C: 细格抛光条; D: 橘木棒; E: 死皮油; F: 泡手碗;
G: 洗甲液; H: 除油剂; I: 棉花; J: 酸碱平衡剂; K: 底油; L: 亮油; M: 营养油;
N: 红色指甲油; O: 按摩油; P: 化妆棉

打磨修形的种类

指甲能够打磨出很多时尚漂亮的形状，需要根据美甲整体造型的不同进行选择。

方形



1 使指甲锉与甲面垂直，打磨甲面前缘。



2 使指甲锉与甲面的侧边平行，沿同一方向打磨一侧。



3 按照2中同样的方法，打磨甲面的另一侧。



4 完成后，两侧的角度呈直角，不容易折断。

方圆形



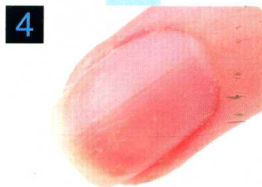
1 使指甲锉与甲面垂直，打磨甲面前缘。



2 使指甲锉与甲面的侧边平行，沿同一方向打磨两侧。



3 将指甲锉倾斜45°，打磨两侧的角度。



4 完成后，两侧的角度均稍带有弧度。

圆形



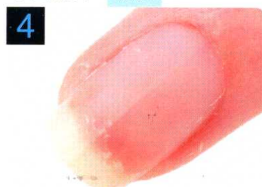
1 轻轻打磨甲面前缘，调整自由边的长度。



2 使指甲锉与甲面呈45°，沿同一方向打磨一侧。



3 按照2中同样的方法，打磨甲面的另一侧。



4 完成后，甲面前缘的两侧均呈圆形。

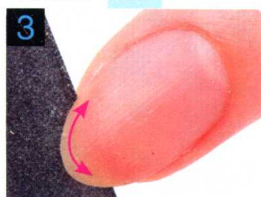
尖形



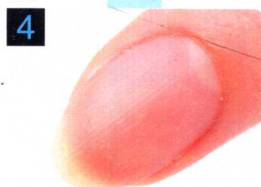
1 使指甲锉与甲面呈45°，沿同一方向打磨一侧。



2 按照1中同样的方法，打磨甲面的另一侧。



3 打磨甲面前缘，使其呈尖形。



4 完成后的尖形美甲更具时尚品位。

最基本的 护理与上色

椭圆形式基本的指甲形状，我们就从最基本的方法开始！

四个步骤轻松完成护理和上色

步骤 1

打磨修形

步骤 2

死皮处理

步骤 3

按摩护理

步骤 4

基础上色

所谓的打磨修形就是用指甲锉适当调整甲面的长度和形状。甲面的形状大致分为以下几种：椭圆形、方形、圆形和尖形等。

死皮处理看似很有难度，但是只要掌握了要领，在操作中就非常容易。初学者使用专用的去死皮工具既安全又省力，非常方便。能处理好死皮，就会使甲面的纵长感加深，让美甲造型看上去更加好看。

按摩能够刺激手部的经络和穴位，促进血液循环，使肤色看起来更加红润白皙，是手部护理中至关重要的一个步骤。

上色的关键是蘸取指甲油的量和涂抹的方式。基础上色方法是后期制作精美美甲造型的基础，所以一定要多加练习。

步骤 1

打磨修形
(椭圆形)



将指甲剪至适当长度，用指甲锉沿同一方向打磨指甲的一侧。



从侧角逐渐向中央打磨。



按照同样的方法打磨另外一侧。



用于2中同样的方法逐渐向中央打磨。



充满女性魅力的椭圆形指尖就完成了。

步骤 2

死皮处理



取米粒大小的去死皮油置于甲床边缘。



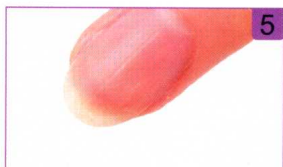
涂匀后放入温水中浸泡至死皮变软。



用棉签向上推压死皮部分。



用化妆棉包裹大拇指处理死皮的边缘部分。



完成后涂抹营养油并充分按摩。

步骤
3

按摩护理



将按摩油涂抹至手背，稍稍温热后进行按摩。



用双手的拇指按压掌心位置。



依次按摩每根手指的指尖部位。



用拇指和食指按压指缝中间的位置。



十指相扣后，活动手腕部分。

步骤
4

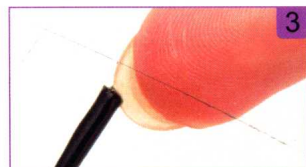
基础上色



用棉签蘸取酒精擦拭甲面消毒。



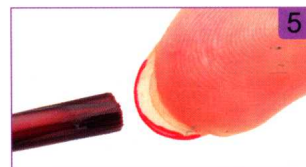
在甲面涂抹酸碱平衡剂去除甲面的油脂。



用底油涂抹甲面的前缘。



在甲面上均匀涂抹底油。



用彩色指甲油涂抹甲面的前缘。



在甲面上均匀涂抹彩色指甲油。



沿着第一次涂抹的方向，迅速进行二次涂抹。



用棉签蘸取洗甲液擦拭甲面两侧的皮肤。



在甲面上和甲面的前缘涂抹亮油。



均匀漂亮的颜色就涂抹完成了。

棉签的制作方法



将棉片撕碎使其蓬松。



将棉片放于手掌上。



用橘木棒将棉片卷起。



用拇指的根部夹住棉签将棉片卷紧。



使用方便的棉签就制作完成了。

足部护理让你获得漂亮的双足

如果不将足部护理的功课做足，就常常会因为“有失大雅”而尴尬。女孩子就要从头到脚都够时尚！

使用的基本材料



A: 酒精; B: 粗格抛光条; C: 细格抛光条; D: 抛光条; E: 棉片

1 打磨修形

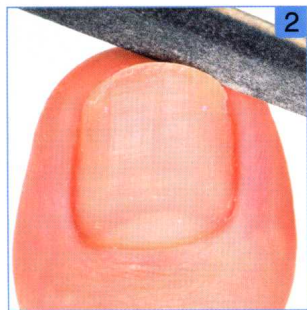
和手部一样，脚趾甲的打磨修形也是至关重要的一步，一定不能应付了事！

要点

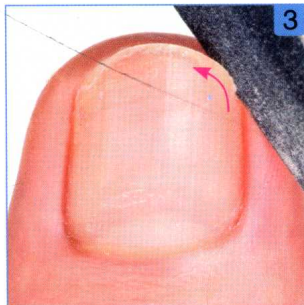
- 1 打磨修形要一点点来，不能急于求成。
- 2 如果脚趾甲太长，要先用指甲刀修剪一下。
- 3 多数人脚趾甲面凹凸不平，因此要先磨平。



用棉片蘸取酒精擦拭甲面消毒。



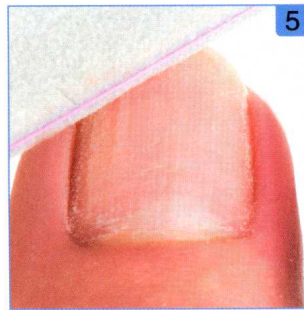
用指甲钳打磨修整甲面的长度。



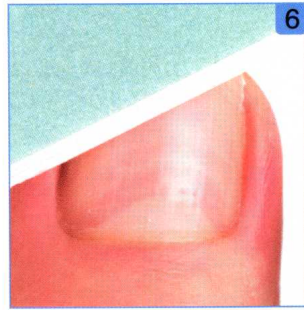
用指甲钳打磨修整甲面右侧的角。



用3的方法打磨修整甲面左侧的角。



用细格抛光条打磨甲面不平滑的地方。



用抛光条为整个甲面进行抛光处理。

2

死皮处理

很多人的脚指甲死皮层较厚，将死皮彻底清理干净才能够大大地增加甲床的面积，让趾甲更漂亮！

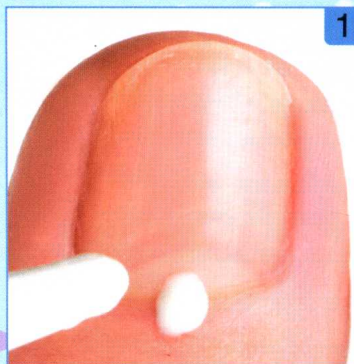
要点

- 1 浸泡足部，使甲面的死皮软化。
- 2 用棉签将甲根部的死皮向上推。
- 3 用纱布将死皮清除干净。

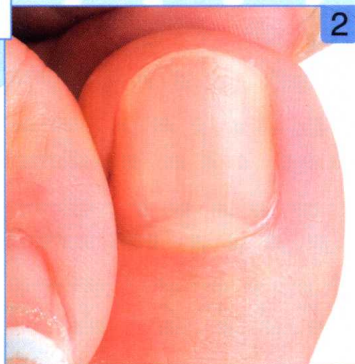
使用的基本材料



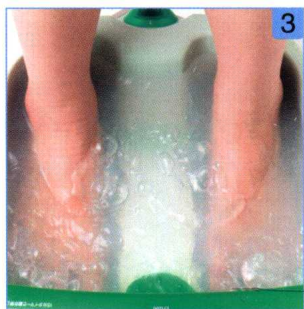
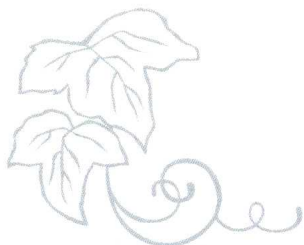
A: 死皮软化膏; B: 泡足盆; C: 橘木棒; D: 棉片; E: 纱布



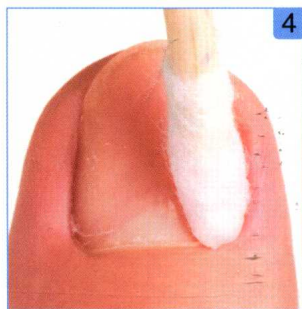
将死皮软化膏涂抹在死皮位置。



轻轻按摩死皮部分。



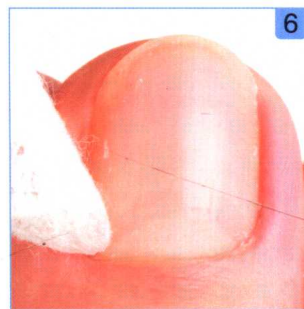
将双足浸泡在40℃左右的温水中。



用棉签将死皮向上推起。



用纱布包裹拇指，并握紧。



用纱布将死皮去除干净。

3

去角质按摩

足跟部经常干燥又粗糙，实在让人难以忍受。将足底的角质层清理干净，就能获得比谁都漂亮的双足！

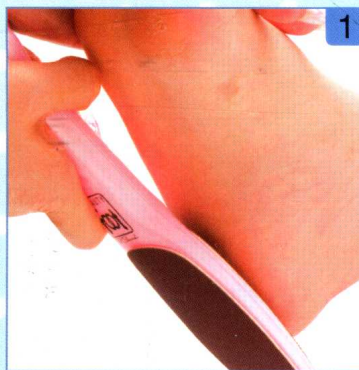
要点

- 1 灵活使用足锉的两个打磨面。
- 2 有意识地按摩足部的淋巴腺。
- 3 选择有自己喜欢香味的按摩霜，帮助身心放松。

使用的基本材料



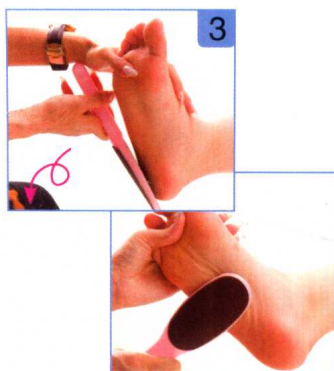
A：足锉；B：泡足盆；C：按摩霜



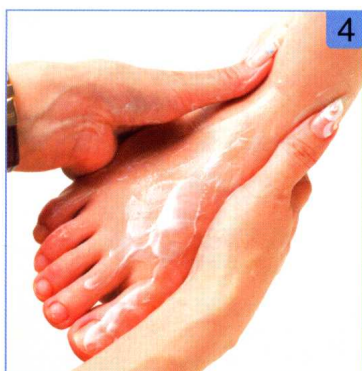
用温水浸泡双足后，用足锉较粗糙的一面打磨足跟。



用同样的方法打磨和脚指部位。



然后用足锉较细腻的一面打磨整个足底。



用手取适量按摩霜，温热后涂抹在整个足部。



按压整个足部进行按摩，脚趾的根部进行重点按摩。



按压足跟向上4指处的穴位，使淋巴液循环更顺畅。

4

基础上色

由于拇指的甲面面积较大，涂抹彩色指甲油时容易造成不均匀的情况。涂抹到皮肤上的部分要用棉签进行处理。

要点

- 1 在涂抹彩色指甲油前，要认真处理甲面的油脂。
- 2 与手部上色一样，要涂抹甲面的前缘。
- 3 涂抹到肌肤上的指甲油要用棉签进行处理。

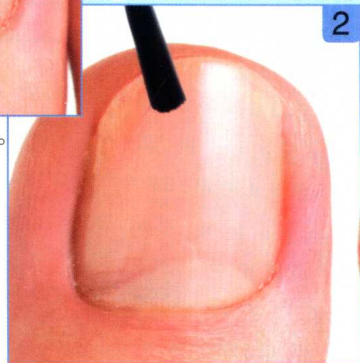
使用的基本材料



A: 酒精; B: 洗甲液; C: 酸碱平衡剂; D: 底油; E: 亮油; F: 橘木棒; G: 棉片; H: 红色指甲油; I: 纱布



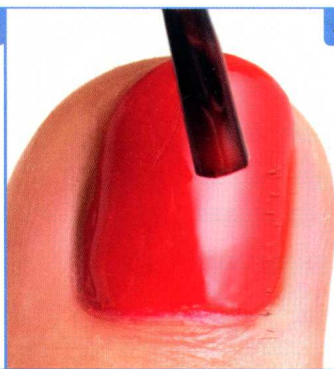
用棉签蘸取酒精擦拭甲面消毒。



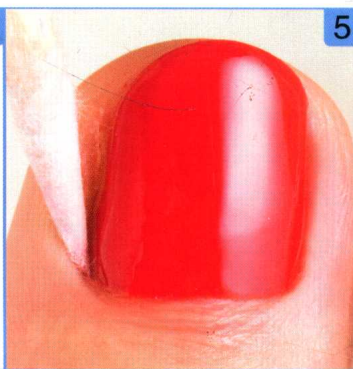
在甲面涂抹酸碱平衡剂去除甲面的油脂，并涂抹底油。



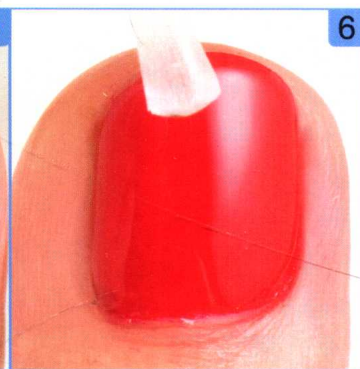
在甲面和甲面前缘均匀涂抹彩色指甲油。



沿着第一次涂抹的方向，迅速进行二次涂抹。



用棉签蘸取洗甲液擦拭甲面两侧的皮肤。



在甲面上和甲面的前缘涂抹亮油。

第2课时

寻找最适合自己的
超级美甲用品吧!

一点小建议!

香味能够帮助身心放松

清爽的水果香味和优雅花朵的香味在女性中都受到广泛的好评,用自己喜欢的产品按摩,能够获得肌肤护理和身心放松的双重效果。建议大家根据心情的不同选择不同味道的产品,或许能够获得意外的收获。

将不同大小的产品分开使用

同样是按摩霜也分为大容量包装和小容量包装等不同种类。小容量的包装更适合外出携带,让你随时随地都能享受护理的乐趣,也非常适合作为礼物送给别人哦!

A: 花朵的芬芳让你的心灵得到治愈/CND手部及全身按摩霜; B: 能够让手、足和全身都得到最佳滋养/SPARITUAL按摩霜; C: 清爽的香气与绝妙的保湿效果/lomasi按摩霜; D: 让肌肤获得薄薄的水润保护层/PEACH SPA按摩霜; E: 让你获得丝般的柔滑肌肤/CND Almond按摩霜; F: 让菠萝果汁的香味环绕在你的周围/papaya star按摩霜

了解指甲护理♥

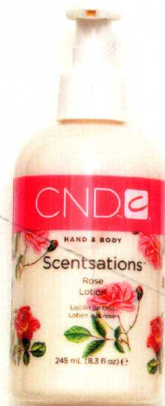
指甲护理的用品种类非常丰富!
试着寻找最合适自己的那些产品吧!
从现在开始,一起来护理指甲吧!

的基本用品

【保湿+芳香放松】

按摩霜

虽说都被称为按摩霜,但是种类也是不胜枚举。根据香味和效果的不同,选择适合自己的那一款吧!



A



B



C



D



E



F

【根据使用方法选择不同的种类】

指甲锉

一点小建议!

指甲锉的种类也是多种多样, 根据使用
方法的不同选择最合适的那一款吧!

粗格指甲锉、细格指甲锉
和抛光条的区别

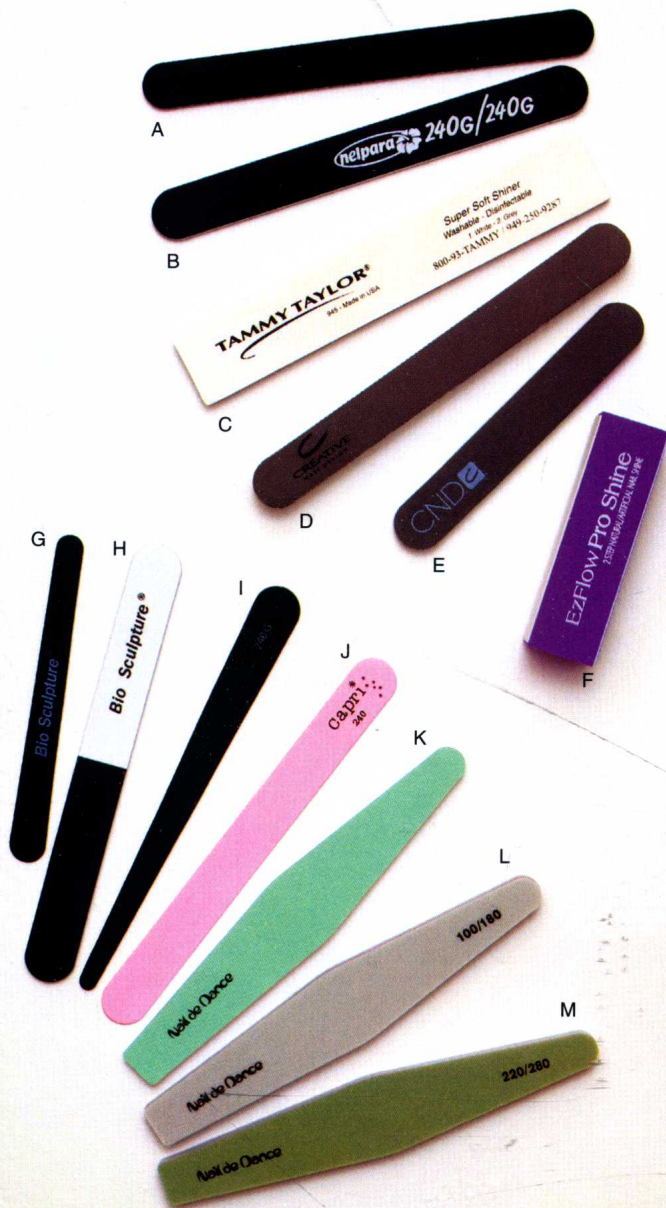
粗格指甲锉可以用来修整甲面的
长度和形状, 细格指甲锉用于将
指甲表面打磨平滑, 而抛光条则能
够让甲面光泽漂亮。

选择指甲锉的方法

在打磨自然甲的时候, 要选择
表面比较细腻的指甲锉。而打磨人
工甲片的时候, 则应该选择表面比
较粗糙的指甲锉。表面的粗糙程度
由指甲锉的格数决定, 自然甲一般
选择180G~240G的类型。

在修整甲面时, 一般按照上图
由上至下的顺序使用指甲锉。

A: 让自然甲和人工甲片都能变平滑/ibd黑色指甲锉; B: 非常适合
手的水晶美甲指甲锉/nelpara240G指甲锉; C: 让凹凸不平的甲面
平滑光泽/超级软质抛光条; D: 最适合用来修整延长边/CND指甲
锉; E: 能够减少摩擦的条状抛光条/CND抛光条; F: 超级耐磨,
让指尖轻松变平滑/Ez-Flow指甲锉; G: 最适合用来修整自然甲形
状、长度及两侧/Bio sculpture指甲锉; H: 护理收尾步骤——打磨
抛光的3面抛光条/Bio Sculpture抛光条; I: 一端较细, 使用更加
方便/Capri指甲锉; J: 粉色设计, 精美漂亮/ Capri指甲锉; K: 美
甲师中人气最高的一款抛光条/Nail de Dance抛光条; L: 握在手
里非常舒适/ Nail de Dance抛光条; M: 得到了专业人士的充分肯定/
Nail de Dance抛光条



一点小建议!

【涂抹营养油对抗干燥】

营养油

在上色前要将甲面油脂
处理干净

为甲面上色前,要用棉签蘸取卸甲液充分擦拭甲面去除油脂。如果甲面上留有油脂,会影响上色的效果。

甲面的里侧也要
进行保湿

甲面里侧的保湿工作总是会被我们忽略,但是甲面的里侧常常会比较干燥,所以保湿护理是至关重要的。要将营养油涂抹在甲面里侧的每个部位。

将营养油放在零钱包或是随身的大包中,随时随地都能呵护您的指尖。

指甲里侧也要进行充分保湿,这样就能很好地对抗干燥啦!

A: 能够给甲面和指皮足够的滋养/SPASE NAIL营养油; B: 对抗甲面干燥,有效防止甲面干裂/CND营养油; C: 只用一瓶就能同时获得甲面和指皮的完美护理/Quick Dry营养油; D: 让丰富的营养锁紧指尖的每个细节/NAIL KABIA美甲护理剂; E: 品位高雅的玫瑰清香让人身心痊愈/Young Nails营养油; F: 让指皮更加柔软,让甲面更加坚韧/china glaze营养油



A



B



C



D



E



F



A: 让干裂的足跟变柔滑/Sixtus去死皮膏; B: 甜美的香气让按摩更舒心/Lomasi去死皮膏; C: 让足部时刻保持清凉不爽/Gena足部喷剂; D: 足部护理的必备佳品/CND足底按摩膏; E: 让手足部坚硬的部分变嫩滑/SPARITUAL泡足液; F: 具有前所未有的保湿效果/QTICA足霜; G: 受到美甲师最高赞誉/Beauty Foot足锉

【用足部护理消除全天的疲劳】

足部护理工具

粗糙的足底会让你的魅力下降, 从足底的每个小细节开始做一个完美的女孩!

一点小建议!

用死皮膏去除角质层

对足锉比较抗拒的人可以选择死皮膏去除角质层, 通过轻松的按摩就能简单去除角质。平时比较忙碌的人非常适合使用。另外, 在浴后使用效果更加。

足锉的使用方法

想彻底清除足底角质层的人一定要使用足锉! 足锉大致分为较粗糙和较细腻的两个面, 用较粗糙的面打磨比较坚硬的部分, 用比较细腻的面打磨整体, 就能彻底清除足底的角质层啦!

较细腻的面

较粗糙的面

将去除角质层的工作就交给足锉来打理吧! / Beauty Foot足锉