

[日]米泽阳子·著  
袁淼·译

手绘

时尚

巴黎范儿

——跟全世界最会打扮的女人学穿衣



从美女，变身为巴黎范儿美女！  
掌握最简单也最高超的时尚穿搭术，  
获得令人倾倒的绝对魅力。

◆ 漓江出版社

桂图登字：20-2012-156

图书在版编目(CIP)数据

手绘巴黎时尚范儿 / (日) 米泽阳子著; 袁森译. —桂林: 漓江出版社, 2012.11  
ISBN 978-7-5407-5970-4

I. ①手… II. ①米… ②袁… III. ①服饰美学—通俗读物 IV. ①TS976.4-49  
中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第225337号

PARIS RYU OSHARE ARENJI! by Yoko Yonezawa

Copyright © 2010 by Yoko Yonezawa

All rights reserved.

Original Japanese edition published by MEDIA FACTORY, INC.

Chinese translation rights arranged with MEDIA FACTORY, INC.

Through Shinwon Agency Beijing Representative Office, Beijing.

Chinese translation rights © 2012 by Lijiang Publishing House

## 手绘时尚巴黎范儿

---

作 者: [日] 米泽阳子

译 者: 袁 森

编辑统筹: 符红霞

责任编辑: 王欣宇 张 芳

版权联络: 董 卉

责任监印: 唐慧群

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

电子邮箱: ljcs@163.com

<http://www.Lijiangbook.com>

印 制: 北京尚唐印刷包装有限公司

开 本: 965 × 1270 1/32 印 张: 3.75 字 数: 40千字

版 次: 2012年11月第1版 印 次: 2012年11月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-5970-4

定 价: 28.00元

---

漓江版图书: 版权所有 侵权必究

漓江版图书: 如有印刷质量问题, 可随时与工厂调换



# 目录

Contents



## 第一章

### 巴黎范儿 扮靓的精粹

- Magic1 巴黎扮靓术的精粹 9
- Magic2 一件单品百样穿 10
- Magic3 用自我风格为整体感加分 13
- Magic4 廓形最重要 15
- Magic5 表现出纤细身形 17
- Magic6 利用曲线提升性感度 19
- Magic7 控制甜蜜感 22
- Magic8 简单穿搭术 25
- Magic9 选择适合自己的单品 26
- Magic10 时尚的极致，爱黑色 28
- Magic11 亚洲美人的秘密 31
- Magic12 善用东方女性的魅力 33
- Magic13 随时保有美丽仪态的自觉 35
- column 扮靓的秘诀——试穿 37



## 第二章

### 在日常生活中演绎巴黎范儿



- Magic14 春天是万能打底衫的舞台 41
- Magic15 万能打底衫的实用举例 42
- Magic16 夏季里，风头最劲是黑色小礼裙 45
- Magic17 优雅小礼裙的终极大变身 46
- Magic18 秋季主角——开衫的灵活运用 48
- Magic19 动手让去年的衣服焕发新魅力 51
- Magic20 露出前胸 53
- Magic21 裸足或者黑丝 55
- Magic22 以游戏心态选择装饰品 57
- column YOKO 的巴黎打扮 58



# 3

## 第三章 巴黎女人的日常造型

- Magic23 去面包店的普通装束 62
- Magic24 每天都要去咖啡店 64
- Magic25 去市场的造型 66
- Magic26 穿着连衣裙去餐厅 68
- Magic27 巴黎女人的一年 70
- Magic28 时髦的巴黎小女郎 72
- column 爱用的法国制品，这些都可以在日本买到！ 74



# 4

## 第四章 YOKO 的灵感笔记

- Magic29 新生活的职场型格 78
- Magic30 5月的郊游女孩！ 80
- Magic31 初夏，变身花样女郎！ 82
- Magic32 盛夏的休假造型 84
- Magic33 秋季，聚会造型 86
- Magic34 冬天的法式混搭风 88
- Magic35 新年了，举香槟庆祝吧！ 90
- column 花束和女士优先的社会 93

# 5

## 第五章 时髦度提升 120% 的秘密

- Magic36 参考一下法国电影 97
- Magic37 围绕脸形下工夫 98
- Magic38 “可爱”的表情和动作 101
- Magic39 享受香水 103
- Magic40 比扮靓更重要的事 105
- Magic41 向法国妇人学习熟女的时尚 106
- column 成熟以后，更多的乐趣在前方 109



后记 110



# 手绘时尚巴黎范儿

——跟全世界最会打扮的女人学穿衣

[日] 米泽阳子·著

袁淼·译



◆ 漓江出版社





前言

说起“巴黎扮靓术”，你是不是会有高不可攀的感觉呢，我今天要讲到的，是俯首可得，实实在在能够运用起来的扮靓秘诀。

那就是，我凭借每3个月穿梭于日本与法国之间所注意到的法式扮靓 & 日式扮靓法则。

首先，我关注的都是纯粹的“巴黎女郎”。都是巴黎街头最为平凡的女性。

平凡，却不普通。通过每天观察、与她们交流、听取她们的价值观，我把她们的形象一个一个全素描了下来。

每次回到东京，我都会总结思考我们与巴黎女郎之间的区别，最后我终于找到了答案。于是我决定用画图的方式彻底剖析巴黎女郎的扮靓秘诀。而从巴黎带回来的图画就成了我的灵感之源。

“巴黎扮靓术”简单来说，就是基本、功能、简单，实践起来方便又省钱。日本与法国之间虽然存在文化差异，但只要抛开先入为主的观念，想着“她们与我们一样，都是女人”，那么就能感同身受，也会更容易走入巴黎女人的扮靓世界了。

这也是以人为本的思考方式。

再说“搭配”，确实有不花太多工夫的解决方案。用一点点时间就可以简单地实践起来。是的，我们的问题并不是预算不足，更多的感受是时间不够用。

现在开始，不必纠结于预算，而是花一点点时间，就让自己变漂亮吧，就像巴黎女人们那样。



# 目录

Contents



## 第一章

### 巴黎范儿 扮靓的精粹

- Magic1 巴黎扮靓术的精粹 9
- Magic2 一件单品百样穿 10
- Magic3 用自我风格为整体感加分 13
- Magic4 廓形最重要 15
- Magic5 表现出纤细身形 17
- Magic6 利用曲线提升性感度 19
- Magic7 控制甜蜜感 22
- Magic8 简单穿搭术 25
- Magic9 选择适合自己的单品 26
- Magic10 时尚的极致，爱黑色 28
- Magic11 亚洲美人的秘密 31
- Magic12 善用东方女性的魅力 33
- Magic13 随时保有美丽仪态的自觉 35
- column 扮靓的秘诀——试穿 37



## 第二章

### 在日常生活中演绎巴黎范儿

- Magic14 春天是万能打底衫的舞台 41
- Magic15 万能打底衫的实用举例 42
- Magic16 夏季里，风头最劲是黑色小礼裙 45
- Magic17 优雅小礼裙的终极大变身 46
- Magic18 秋季主角——开衫的灵活运用 48
- Magic19 动手让去年的衣服焕发新魅力 51
- Magic20 露出前胸 53
- Magic21 裸足或者黑丝 55
- Magic22 以游戏心态选择装饰品 57
- column YOKO 的巴黎打扮 58





# 3

## 第三章 巴黎女人的日常造型

- Magic23 去面包店的普通装束 62
- Magic24 每天都要去咖啡店 64
- Magic25 去市场的造型 66
- Magic26 穿着连衣裙去餐厅 68
- Magic27 巴黎女人的一年 70
- Magic28 时髦的巴黎小女郎 72
- column 爱用的法国制品，这些都可以在日本买到！ 74



# 4

## 第四章 YOKO 的灵感笔记

- Magic29 新生活的职场型格 78
- Magic30 5月的郊游女孩！ 80
- Magic31 初夏，变身花样女郎！ 82
- Magic32 盛夏的休假造型 84
- Magic33 秋季，聚会造型 86
- Magic34 冬天的法式混搭风 88
- Magic35 新年了，举香槟庆祝吧！ 90
- column 花束和女士优先的社会 93

# 5

## 第五章 时髦度提升 120% 的秘密

- Magic36 参考一下法国电影 97
- Magic37 围绕脸形下工夫 98
- Magic38 “可爱”的表情和动作 101
- Magic39 享受香水 103
- Magic40 比扮靓更重要的事 105
- Magic41 向法国妇人学习熟女的时尚 106
- column 成熟以后，更多的乐趣在前方 109



后记 110



# 1er Chapitre

巴黎范儿 扮靓的精粹







怎样扮靓呢？

选择适合自己的单品。

怎样做到简单？

因为要与环境相匹配。

服装搭配为什么看起来需要智慧？

因为轮廓感很重要。

怎样才能帅气？

就算是新买的衣服，也要跟自身气质贴合。

怎样控制预算？

严格挑选，同类单品无需太多。

穿好就可以上街了吗？

要站在镜前好好检查一下再出门。

为什么有人的衣服那么适合本人呢？

因为购买之前，经过了仔细的试穿。

为什么基本款也能显气质？

因为注重了搭配。

即使看不出运用了心思也没关系？

自然、大方最好。

怎样选购适合自己的衣服？

选对尺寸很重要。

怎样能看起来利落？

多使用减法。

.....  
普通的单品，  
也能穿出时髦帅气的感觉！  
这就是“巴黎范儿”！



巴黎的女人为什么会把普通的衣服穿得如此帅气！

不管你就在巴黎，或者不在，大家对巴黎女人的印象非常统一，那就是“时髦”。巴黎的代名词就是“时髦”，当下在时尚界的地位也是屹立不倒。与华丽不同，非常的洗练。

巴黎是时尚品牌的大本营，但只有少数人喜欢穿戴高级品牌设计师设计的服饰。与我们相同，普通的巴黎女人都是穿着很普通的衣服，但，就是帅气！

当初，我也很不解，“因为脸孔？身材？底子好才会穿得漂亮吧”，也有

过这样嫉妒的小心思。但通过仔细的观察，我发现她们的夺目并不是因为脸孔长得多美，身材有多棒。

同样是女人，她们也会为头发、脸、身材等各种问题苦恼，那么她们的穿戴帅气从何而来呢？当我走进她们的世界，听到她们的谈话，我终于有了发现。如左图所示，那就是“巴黎流”的秘密。

这一次，我将在巴黎学到的疑问（？），变成发现（！）介绍给大家。从这里开始迈出第一步，走进“巴黎范儿”的时尚世界。





# 一件单品百样穿

巴黎女人钟爱四件套的5种穿法!





把腰带结在较高的位置



里面毛衣的袖子也卷起来

巴黎女人钟爱的四件单品



风衣



毛衣



牛仔裤



平底芭蕾舞鞋

小服饰



黑色吊带



靴子

四件单品  
完成巴黎范儿  
基本扮靓, OK!



耳环



手镯手链



长项链



围巾

每人都有一条经典款牛仔裤。翘臀、瘦大腿，腿型超美。



严选一件无论是尺寸、颜色还是设计都经典的基本款风衣，发挥各种搭配功力。



实用百搭的针织衣。怎么穿都好看，相比新品，有点古旧的风格更被巴黎女人喜爱。





### 普通的单品 演绎出的独特品位

在巴黎的每一天，我都孜孜不倦地研究着巴黎女人的穿着。被全世界盛赞“时髦优雅”的她们啊，究竟拥有哪些与众不同的单品呢……结果我发现她们的单品都非常普通，每一件

都是基本款。

代表性的单品有牛仔、军装式样、针织衫。不管在哪里都能买到。并不是衣服穿人，而是人穿衣服。每一件都为自己服务。每个人都是“搭配达人”，衣服也许并不是崭新的，但都能被主人穿出风格。

巴黎女人最喜欢  
的是柔软舒适的服装，自在舒适。

