



感谢您下载并阅读NZLOGIN.COM制作的电子杂志
以下是 2004 年我们将为您提供的电子杂志列表
希望大家在享受阅读乐趣的同时多多支持我们的网站

瑞丽服饰美容
瑞丽可爱先锋
瑞丽伊人风尚
电影世界
电子游戏软件
Hope
当代歌坛
青年文摘
大众汽车玩家
名车志
大众软件
微型计算机
新潮电子

本站所有杂志均为本站原创制作，未经许可严禁转载或做任何商业用途

瑞丽

2004年7月1日出版 总第145期

曼秀雷敦瑞丽
第2届封面女孩大赛
火热报名中

<http://www.rayli.com.cn>

服饰美容

用时髦先锋的建议补齐购衣清单

盛夏灼热单品
Fashion 买手报告

闪眸、闪唇、闪亮肌肤

妆容闪起来77计

风度VS温度相对论

空调上装Office3原则

和明星分享美丽秘密

我们都为首饰狂

Flower 花裙花年华

- 4类花色裙装VS4种风情
- 12个上装技巧对付花色半截裙
- 连衣裙花女孩8度空间
- 4件裙装解决12场景

ISSN 1009-8275



9 771009 827028

19>

十二星座的香水爱
Stop, 办公室大话王

国际标准刊号 ISSN1009-8275 定价 20.00 元



卫安通字(2004)第0328号

LANCÔME
PARIS



LANCÔME

PARIS

新鲜、哑光肌肤，绽放一整天！

高科技

MAQUICAKE UV INFINI

兰蔻清新恒丽两用粉饼 SPF15/PA++

一款妆效持久的粉饼，创造极佳的哑光感自然肤色

- 肌肤清新、哑光一整天！LANCÔME兰蔻专业INFINITE MATITY SYSTEM™持久哑光系统——独有球状和盘状超细粉体微粒，交替作用，长效吸收多余汗液、油脂。同时，精妙反射光线，巧妙掩饰暗沉、瑕疵。
 - 肤色柔和，精致呈现！LANCÔME兰蔻创新INFINITE COLOUR SYSTEM™无限调色系统，专为亚洲肤色设计。在原有红、黄、蓝三色调色理论基础上，特别添加绿色微粒，有效改善偏红或偏黄肤色，防止黯淡。
- 效果：哑光、自然肤色持久一整天！

BELIEVE IN BEAUTY™



www.lancome.com.cn

敬请点击全新兰蔻中国官方网站

售价：¥460

晚间深层美白科技 24小时持续美白体验

New. WhiteLight EX

Extra Brightening Intensive Night Creme

全新 超凡晶澈美白晚霜

雅诗兰黛最新研究发现了晚间的美白奥秘：

你知道吗？夜晚是美白肌肤的绝佳契机！当你熟睡时，雅诗兰黛独特的新陈代谢复合因子静静地发挥美白效果：帮助抑制肌肤细胞损伤，成功制止黑色素形成。夜复一夜，你的肤色日臻完美，呈现亮白晶莹光泽。与全新超凡晶澈美白修护精华露及超凡晶澈系列其他产品搭配使用，肌肤将呈现惊人且持久的24小时美白效果。

特别为亚洲肌肤研制，来自雅诗兰黛！

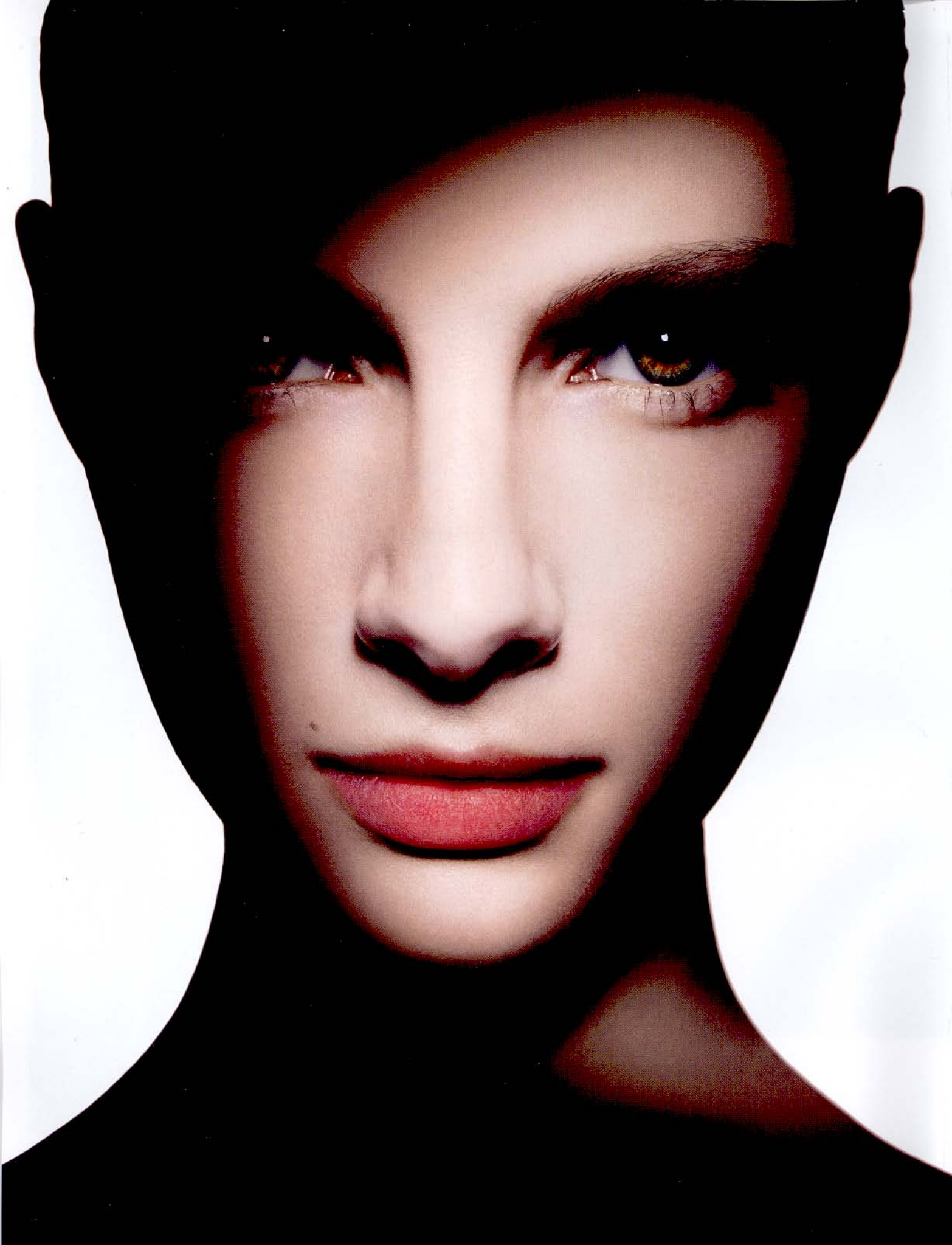


esteelauder.com

北京百盛•北京双安商场•北京赛特购物中心•北京庄胜崇光百货•北京太平洋盈科店•北京燕莎友谊商城•上海太平洋百货(徐汇区衡山路, 淮海中路, 天目西路)•上海巴黎春天百货(淮海店)•上海百盛•上海伊势丹百货(淮海中路, 南京西路)•九百城市广场•第一八佰伴•天津伊势丹•成都太平洋百货(春熙店)•浙江银泰百货•杭州大厦购物中心•大连太平洋百货•迈凯乐大连商场•重庆太平洋百货•沈阳中兴商业大厦•武汉广场购物中心•西安世纪金花•南京金鹰国际购物中心



ESTÉE LAUDER
Defining Beauty





倩碧独白[®]防护

New Active White Lab Solutions
倩碧晶莹嫩白防晒隔离霜SPF30

全方位嫩白防护站
三重功效呵护肌肤

特殊IPF防御技术
提升肌肤免疫能力
轻松抵抗UV紫外线
肌肤持久嫩白健康

独蕴贵妃草本精华
美白进程超速提升
特有MID嫩白科技
似奇迹般均匀肤色

更有高效隔离保护
全面阻隔环境污染
单独或者妆前使用
肌肤倍增晶莹白皙
健康光彩天天焕发

就现在
体验倩碧独白的奥秘!

Clinique 倩碧产品
均通过过敏性测试
百分之百不含香料

专为亚洲女性肌肤度身定造

倩碧认可专柜

• 北京百盛 • 北京庄胜崇光 • 北京赛特 • 北京太平洋 • 北京燕莎友谊商城 • 北京双安 • 北京王府井百货大楼(即将开业) • 天津伊势丹 • 大连太平洋 • 迈凯乐大连商场 • 中兴-沈阳商业大厦
• 上海太平洋徐汇店 • 上海太平洋淮海店 • 上海太平洋站前店 • 上海华亭伊势丹 • 上海梅龙镇伊势丹 • 上海一百东楼 • 上海百盛 • 上海浦东第一八佰伴 • 上海久光百货
• 杭州大厦购物中心 • 浙江银泰百货 • 武汉广场购物中心 • 南京金鹰国际购物中心 • 成都太平洋春熙店 • 重庆太平洋 • 西安世纪金花 • 长春卓展百货(即将开业) • 青岛百盛购物中心(即将开业)



50年专业矿物温泉科技, 缔造PETP™矿泉有机活性因子与肌肤的天然亲和力!



神奇魔力!



全新 油性/混合性肌肤的纯净体验

向尴尬的毛孔说再见! 独特的泡泡绵, 轻轻一点, 粗大毛孔瞬间收紧, 肌肤变得粉嫩细致! 随时随地, 纯净不可思议!

三重控油配方+汉方草本精华, 超强紧致毛孔, 质地特别清新。

- 几秒后, 毛孔收紧
- 几天后, 毛孔变小了, 肌肤细致, 纯净

建议配合 new Biopur 净肤平衡系列使用, 持久控油, 加倍收紧毛孔。

净肤平衡洁面啫喱	RMB 200	净肤平衡爽肤水	RMB 200
净肤平衡冰凝露	RMB 325	净肤平衡泡泡绵	RMB 290

 www.biotherm.com

Biotherm 经授权认可专柜: 上海: 淮海太平洋百货 徐家汇太平洋百货 市百一店东楼 百盛购物中心 北京: 嘉利太平洋百货 西安: 赛格购物中心 中友百货 新光百货
无锡: 大洋百货 昆明: 百盛购物中心 温州: 开太百货 广州: 友谊商店 沈阳: 中兴商业大厦 南京: 大洋百货 大连: 迈乐乐大润发 宁波: 银泰百货 成都: 赛格太平洋百货
深圳: 茂业百货(华强店) 杭州: 杭州大厦 银泰百货 哈尔滨: 远大购物中心 长沙: 平和堂百货大厦 武汉: 武汉广场(立即开业)
Biotherm 顾客服务热线: 800 820 5215 卫妆进字(2000)第0803号 卫妆进字(2003)第1764号 卫妆进字(2004)第1055号 卫妆进字(2004)第0848号



TOUCH INSTANT
BIOPUR

碧欧泉 · 净肤平衡泡泡绵
一眨眼，毛孔收紧，油光不见……
肌肤好纯净！

BIOThERM
FRANCE

super sun block
emulsion

SPF
30+

SHISEIDO

AUPRES



艳阳的诱惑

避开阳光熬夏，多么乏味无趣！

艳阳天在召唤，邀你度假游乐，享受美好时光。

当然，欧珀莱防晒品会忠实守护你，
保护白皙柔美的肌肤，防止紫外线伤害。

让你在夏季倍增快乐和活力。

耐汗耐水性强，适用于面部及身体的日用防晒乳

超凡防晒乳 SPF30+

一年四季，时刻关怀。

保护面部和身体，对抗所有紫外线的欧珀莱防晒系列

透明防晒条 SPF30

柔和防晒露 SPF20

晒后护理冻蜜

欧珀莱是第28届奥运会中国体育代表团唯一专用化妆品

卫生许可证(1993)卫妆准字 01-XK-0205号



AUPRES

SHISEIDO

L'



R

光线变化， 发色随之变幻无穷

今夏，巴黎欧莱雅·纷莹专业染发组带来「金之醉」系列：
一如既往的立体璀璨发色，随光影幻变无穷，时而含蓄，时而通透，不再一成不变。
引人心动的立体风尚，傲然盛放于夏日骄阳中，从每一角度熠熠呈现。

你值得拥有

纷莹专业染发组在各大商场巴黎欧莱雅专柜有售
国际名模选用63号无瑕澄金/ 74号耀眼金铜/ 54号火热辣姜(从左至右)

www.lorealparis.com

É A L
PARIS

Féria

3D Color

纷呈专业染发组



#83 无瑕澄金



#74 耀耀金铜



#54 火热辣姜

L'ORÉAL
PARIS



SK-II 认可美容专柜：北京：北京百盛购物中心•庄胜崇光百货•双安商场•赛特购物中心•燕莎友谊商城•蓝岛太平洋百货•世都百货•东方广场SK-II美容坊 杭州：杭州大厦•银泰百货 西安：世纪金花 长沙：湖南平和堂商贸大厦
南京：金鹰购物中心•大洋百货 济南：贵和购物中心 石家庄：世贸名品 无锡：无锡百货 成都：太平洋百货店•太平洋金鹰店 宁波：银泰天一店 重庆：太平洋百货 武汉：武汉广场•新光广场•新世界百货 青岛：青岛百盛•海信广场
天津：伊势丹百货 南昌：大洋百货 上海：太平洋徐汇店•太平洋淮海店•太平洋站前店•虹桥友谊商城•第一百货•第一百货商店(东楼)•梅龙伊势丹•华亭伊势丹•九海百盛广场有限公司•东方商厦•久光 九百城市广场

SK-II

肌肤保养的专家

毛孔、油光通通不见了，我的脸滑溜溜的，

每一个毛孔都细致透白！

著名艺人郑秀文



以前，我最怕见到我脸上的毛孔又大、又粗，还好最近，

我找到了救星，就是这瓶全新的SK-II控油调理凝露。

它能很快渗入毛孔里面，就像有很多迷你的海棉，吸走毛孔里的毒素和油份，

毛孔真正变小了，皮肤自然滑溜溜！

教你一个秘诀！每天晚上睡觉之前，在毛孔特别大的地方涂一点晶致活肤霜，

第二天早上，那些堵塞在毛孔里的油脂、黑头，

通通都会被溶出来，然后再配合控油调理凝露清走油份，

不用几天，就能真正收细毛孔，令毛孔细致干净，这样，才算白得彻底。

全新SK-II控油调理凝露——揉合法国深海天然海藻精华与Pitera®提炼而成，

配合突破性微纤渗透科技，能有效根治毛孔粗大的问题。

• 能穿透堵塞毛孔，迅速清走累积污垢。

• 从底层开始净化油脂，改善毛孔质素，使肌肤变得细致幼滑。

SK-II晶致活肤霜——蕴含活性BHA配方及活细胞酵素Pitera®，能有效溶化顽固黑头及油脂，收细毛孔。

• 能深入毛孔，溶解堵塞的油脂及堆积物，使毛孔变小。

• 深入肌肤真皮层，促进细胞新陈代谢，有效祛除角质死皮，

避免肌肤衰老变黄，令肤色回复透白。

使用SK-II毛孔细致系列，加速收细毛孔，令肌肤即刻细致光滑。





SK-II 认可美容专柜：北京：北京百盛购物中心•庄胜崇光百货•双安商场•赛特购物中心•燕莎友谊商城•盈科太平洋百货•世都百货•东方广场SK-II美容坊 杭州：杭州大厦•银泰百货 西安：世纪金花 长沙：湖南平和堂商贸大厦
南京：金鹰购物中心•大洋百货 济南：贵和购物中心 石家庄：世贸名品 无锡：无锡百盛 成都：太平洋春熙店•太平洋全兴店 宁波：银泰天一店 重庆：太平洋百货 武汉：武汉广场•群光广场•新世界百货 青岛：青岛百盛•海信广场
天津：伊势丹百货 南昌：大洋百货 上海：太平洋徐汇店•太平洋淮海店•太平洋站前店•虹桥友谊商城•第一八佰伴•第一百货商店(东楼)•梅龙伊势丹•华亭伊势丹•九海百盛广场有限公司•东方商厦•久光 九百城市广场

SK-II

肌肤保养的专家

“敷上一片，就能带走面上
「红、黑、黄、青」的色调，
小花脸不见了，我变得更白更均匀！”



著名艺人郑秀文

一直以来我觉得我的肤色算是很白了，不过看起来，肤色还是不够均匀。

脸上某些地方红红的、黄黄的，看起来就像个小花脸。用了SK-II新的净白修护面膜，
它让我浸透在整支净白精华液当中，敷上一片即替我拿走那些不均匀的肤色，
整个脸变得白白净净的，就像白嫩嫩的杏仁豆腐，真的很神奇呢！



SK-II 净白修护面膜

蕴含一整支 30ml Pitera®-C 净白精华液，能有效去除面上局部的不均匀色调，全面均匀净白。突破性美白配方能有效抑制肤色泛黄，减轻肌肤发热变红现象，及能阻断黑色素形成，还原并淡化已经形成的色素沉淀。揉合珍贵 Pitera® 活细胞酵母精华，能促进新陈代谢，加速排除不均匀色素，让你白得均匀无瑕。配合 SK-II 护肤精华露使用，能带动肌肤吸收更多美白精华，美白效果更显著。



Pitera® 活细胞酵母精华
促进细胞新陈代谢

沈阳：中兴沈阳商业大厦 • 新世界百货南京街店 大连：友谊商城 • 太平洋百货 • 迈凯乐 郑州：丹尼斯百货 昆明：金龙百货有限公司 长春：卓展时代广场百货有限公司
温州：开太 哈尔滨：中央商城 • 松雷 深圳：西武百货 • 茂业 福州：福建中城大洋百货有限公司 广州：友谊商店 • 百货大厦 • 友谊商店时代广场店 • 中国大酒店美容坊

SK-II 专业护肤免费垂询热线：800-8303365
卫牧进字(2002)第0839号 卫牧进字(2002)第0840号



瑞丽服饰美容 7 JULY 2004

fashion

In Vogue 流行在线

10大靓装度过悠长夏期

50

In Vogue 流行在线

8类灼热单品FASHION买手报告

对时尚News超级敏感的买手们为我们带来8类盛夏灼热单品的全面报告! 一定要把它们列入夏季置衣计划里哦!

70

Ray Girls 瑞丽女孩
惹火夏日色彩秀

80

Modern Style 时尚表情
感受都市的对岸

92

Appointment 瑞丽主题

Ray女孩花裙子 花年华夏日特辑

阳光日益浓烈, 在上一月要“裤”起来的Ray女孩该换上裙装show—show清凉了。春季的粉彩色已经过时了, 这样的季节, 要用花裙子来展示我们的花年华。和《瑞丽》一起来学习如何选择和搭配吧。

- 4类花色裙装VS 4种风情
- 连衣裙花女孩8度空间
- 4大上装巧妙对付花色半截裙
- 1条裙装穿出多种花样

96

Magic 一衣多搭
流行夏装排列组合方程式

108

Wardrobe 搭配月记

17款单品31天美丽

112

OL Lessons 初级OL入门

空调上装的office3原则

118

Made To Order 量身定做

12招对付局部肥胖

124

Made To Order 量身定做

牛仔穿出明星“裤”味道

130

Essentials 主打单品

比基尼五大麻辣诱惑

140

Essentials 推荐单品

泳装美丽33式

146

Lessons 扮靓课堂

你缺少的那件衣服是什么?

152

Accessories 精彩饰品

今夏有“饰”发生

160



COVER

模特/桥本丽香
摄影/宫坂浩见 (cuva inc.)
造型/青木寿里加
发型&化妆/Okada Izumi (SHISEIDO)
服装/PF by PAOLA FRANI
饰品/DOUBLE STANDARD CLOTHING

智慧防晒，全新享受！

卫妆进字(2003)第0937号 (2003)第0938号 © Clinique Laboratories, Inc. clinique.com



一组尖端防晒产品：全新倩碧智慧型防晒系列，在夏日也可尽情享受阳光。阳光活肤科技，第一时间防御UVA及UVB紫外线，为脸部及身体提供全方位防晒保护。富含维他命C和维他命E，防御肌肤老化。无油配方，清爽保湿，舒缓并镇定娇嫩的肌肤。阳光下，有健康完美的肌肤，更有活力飞扬的你！

Clinique倩碧产品均通过过敏性测试，百分之百不含香料。

倩碧智慧型面部防晒霜SPF30 RMB320.00 50ml 倩碧智慧型身体防晒乳SPF15 RMB290.00 150ml



P178



P238



P220



P227

P234

瑞丽服饰美容 7 JULY 2004

beauty

Best&Taste 新发布

我的美丽“杂货铺”

172

Beauty trends 漂亮主张

彩妆最惹眼

174

Make up 新妆容

闪眸、闪唇、闪亮肌肤77计 我最闪亮

即使再耀眼的阳光，也征服不了这来自精致妆容的炫目美丽！一举一动之间，眼神、双唇和肌肤等无不散发着奇异光辉，令每个男生都为为之倾倒。这一季就向你特别透露打造人见人爱的闪亮妆容77计！

178

OL Lessons 初级OL美容课堂

初级OL必学彩妆技法课堂

190

Aupres Time 欧珀莱时刻

弹奏夏日的闪亮节奏

194

Make up 美容诊断室

击中最合拍彩妆

198

Dior Time

洁肤，必经的美丽仪式

206

Biotherm Time

夏日清爽明星“新登场”

208

SK-II Time

犒赏“疲”肤 我有五星级净白修护

210

SK-II Time

清爽度盛夏 我有控油新“魔”宝

212

CLINIQUE Time

我的美白，从防晒做起

214

曼秀雷敦 Time

揉出泡泡 让我们清爽一“夏”

216

Q&A 美问必答

帮肌肤做一次畅快的“深呼吸”

218

Beauty Food 美容食谱

中式甜品Beauty Skin方案

220

Supermarket 主题超市

催化爱情的魔法味道

223

Hair Style 发型刷新

夏发型新方案

230

你 gold 时尚吗?
K gold
18 K 金饰

她们宁肯拉高衣领
也要让我的 K-gold 独占风光



瑞丽服饰美容 7 JULY 2004

life

Body教你塑身

泳装美女局部塑身法 246

Health点击健康

漂亮不打折!夏季拒绝“臭”美22招 254

Health点击健康

空调房FANS的夏日烦恼 260

Job 职场导航

Stop, 办公室大话王

记得小时候玩过一种“传话”的游戏,大概意思是这样的,第一个人先说一句话,悄悄告诉第二个人,以此类推第二个人告诉第三个人,传来传去,也就过了十几个回合,这句话再由最后一个人说出时已经黑的变白的,胖子成瘦子了。在办公室这样一个特殊的环境里,如何掌控自己的嘴巴常常成为我们职场生涯是否顺利的重要因素,如果你正向办公室“大话王”靠近,必须STOP!

262

Girls互动美丽

和爱戴一起秀秀夏日最爱的首饰

看看杂志,逛逛商场,这是明星在闲余时间喜欢的活动,听说最近走红的灵歌小天后爱戴在拍摄她的影视处女作——央视2004年重头剧《浮尘》的空隙,乘机在法国和意大利淘了好多宝贝准备秀一“夏”呢!那么你呢?《瑞丽》在北京、上海和广州三地邀请到9位“首饰狂”美眉,和爱戴一起“互动美丽”!

269

Test 测试

通过E-mail透露他对你的真感情 274

目录1	16
目录2	18
目录3	20
版权页	22
卷首语VOICE	24
聊吧	26
CELINE狂恋奥运会	32
K-gold时尚解码	34
和星际宝贝一起活力	36
海滩心动梦之旅	38
订做甜蜜俏佳人	40
蓝色海底总动员	42
绚彩夏色	44
七彩靡香	46
韵彩果味	48
年龄是加号肌龄是减号	185
性感MIX可爱,与色彩嬉戏	196
恋上洗眼新滋味	243
NEWS OF THE NEW1	268
健康光彩星梦成真	276
NEWS OF THE NEW2	280
NEWS OF THE NEW3	282
瑞丽读者服务部	284
NEWS OF THE NEW4	285
Presents for you	286
LIST	287
中村利惠的时尚日记	288

LANCÔME
雅诗兰黛
倩碧
碧欧泉
欧珀莱
欧莱雅
SK-II

周大福
索尼数码相机
三星手机
玉兰油
黑人牙膏
爱慕
水之密语

Up2U
雅芳
JUST GOLD
自由鸟服装
~ H₂O +
妮维雅
兰芝

润洁
娥佩兰
美宝莲
中国移动
高伦雅芙
娇爽
艾者思

淘宝网站
艾洛松
Dior
奥菲曼
曼秀雷敦
新长城公益广告
真维斯

博士伦
摩托罗拉

Cyber-shot



缝间传情 玲珑心意

SONY



DSC-T1

天生超薄, 仅17.3mm 巨幕液晶屏2.5"

- 525万像素超级HAD CCD
- 1.3秒高速启动
- 17.3mm超薄机身
- 2.5"超大混合型液晶屏
- 专业卡尔·蔡司3倍光学变焦镜头
- MPEG Movie VX Fine影片

索尼数码照相机DSC-T1, 以锐利智慧带来17.3mm的超薄机身, 轻巧为您传情达意, 500万像素高清晰画面和2.5"的超大液晶显示屏, 更是让她(他)清晰看到您的浓浓情意!

瑞丽

http://www.rayli.com.cn

国际标准刊号 ISSN1009-8275 国内统一刊号 CN11-4597/G0
广告经营许可证 京东工商广字第0105号

Authorities in Charge 主管 中国轻工业联合会 China Light Industry Association
Sponsor 主办 中国轻工业出版社 China Light Industry Press
President 社长 赵济清 Zhao Jiqing
Chief Editor 总编辑 杨西京 Yang Xijing

Publication & Distribution 出版发行 北京《瑞丽》杂志社 Beijing Ray-Li Magazine House
No. 6 Dongchang Avenue Beijing 100740
President (Publisher) 社长 (出版人) 赵济清 Zhao Jiqing
Executive Vice President 常务副社长 李春妮 Li Chunyi
Chief Editor 总编辑 罗佳 Luo Jia
Vice President 副社长 安娜 An Na
Vice Chief Editors 副总编辑 宋娟/赵亦歌 Grace Song/Eliane Zhao
Art Director 美术总监 李曙光 Li Shuguang
Quality Control Director 质检主任 朱骏 Zhu Jun

EDITORIAL DEPARTMENT 编辑部

Editor-in-chief 主编 李春妮 Li Chunyi
Executive Editor-in-chief 执行主编 冯莉 Feng Li
Director 编辑部主任 王东莉 Wang Dongli
Chief Fashion Editor 首席服装编辑 钟燕 Zhong Yan
Fashion Editors 服装编辑 张华/石璐/钟丽玲/Zhang Hua/Shi Lu/Zhong Liling
Chief Beauty Editor 首席美容编辑 陶玲 Tao Ling
Senior Feature Editor 资深生活编辑 何从 He Cong
Feature Editor 生活编辑 东方 Dong Fang
Japanese Language Editor 日文编辑 赵庆利 Zhao Qingli
Intern Editors 实习编辑 蒋媛/赵琳/Jiang Yuan/Zhao Lin
Art Editor-on-duty 责任美编 程佳欣 Cheng Jiaxin
Art Editors 美术编辑 陈永妹/谭英/汤玉琪/Chen Yongmei/Tan Ying/Tang Yuqi
Coordinating Editor 流程编辑 蒋盛华 Jiang Shenghua
Tel: (010) 85119731 E-mail: fushi@rayli.net.cn

SHANGHAI OFFICE 上海记者站

Senior Editor 资深编辑 王萌稚 Wang Mengzhi
Art Editor 美术编辑 郭庆玲 Guo Qingling
Tel: (021) 63343330 E-mail: shj@rayli.net.cn

GUANGZHOU OFFICE 广州记者站

Editors 编辑 袁芳/李琳 Yuan Fang/Li Lin
Tel: (020) 87323646 E-mail: gzjz@rayli.net.cn

RAYLI.COM.CN 瑞丽女性网

Director 总监 党书国 Dang Shuguo
Executive Editor-in-chief 执行主编 张海方 Zhang Haifang
Tel: (010) 85119831 E-mail: rayli@rayli.net.cn

MARKETING DEPARTMENT 市场推广部

Director 总监 严斐 Yan Fei
Subscription Hotline 读者订阅服务热线 Tel: (010) 85111729 Fax: (010) 85111730
Consultation Hotline 读者咨询服务热线 Tel: (010) 65129277

ADVERTISING AGENCY 广告总代理

北京博达新大陆广告有限公司 Beijing Boda New Continent Advertising Co., Ltd.
Chief Executive Officer 首席执行官 赵济清 Zhao Jiqing
Advertising Department Director 广告事业部总监 刘丹晖 Liu Danhui
Advertising Department Sales Director 广告事业部销售总监 庞洋 Pang Yang
Manager in Hubei District 华北区经理 傅新虬 Fu Xinqiu
Tel: (010) 85119789 Fax: (010) 85119800
Manager in Huadong District 华东区经理 徐志伟 Xu Zhiwei
Tel: (021) 63343330 Fax: (021) 63343332
Manager in Huanan District 华南区经理 余敏 Yu Min
Tel: (020) 87324990 Fax: (020) 87324916
Manager in Shenzhen 深圳地区经理 周方红 Zhou Fanghong
Tel: (0755) 83983904 Fax: (0755) 83983864
Manager in HongKong 香港地区经理 戴绮玲 Elaine Tai
Tel: (00852) 25302212 Tel: (00852) 25302212

CIRCULATION AGENCY 发行总代理

发行总代理 北京大弘晟期刊发行有限责任公司
Tel: (010) 65522920 Fax: (010) 65539375
Address 联系地址 北京市工体西路甲7号 天和大厦207室 100020
Price 定价 20.00元

PRINTING 印刷/制版

利丰雅高印刷(深圳)有限公司(印刷) SNP Leefung-Asco Printing (shenzhen) Ltd.
北京利丰雅高长城印刷有限公司(制版) SNP Beijing Leefung-Asco Changcheng Printers Co., Ltd.

本刊有使用日本主妇之友社提供的部分图文资料
Parts of the contents of Ray Fashion Accessories & Beauty are provided by Shufunotomo Co., Ltd., Tokyo, Japan
Ray is a registered trademark of Shufunotomo Co., Ltd., Tokyo, Japan
著作权合同登记 图字01-2004-0007
版权所有, 未经许可, 不得转载

如发现掉页、残缺等情况, 请直接将书寄至深圳市南头内环路南光路口利丰雅高印刷大厦调换(邮编518051)
本杂志刊登的商品价格均为参考价, 实际价格一律以柜台价为准



瑞丽

伴随女性生命的每个阶段
设计美丽 设计生活

《瑞丽服饰美容》

提供全方位实用指导的服饰美容潮流专刊

《瑞丽伊人风尚》

指导都市白领女性美丽与生活的时尚杂志

《瑞丽可爱先锋》

抢先推介前沿时尚的360度流行风向标

《瑞丽家居设计》

全方位提供装修装饰导购方案的家居专刊



三星全球合作伙伴



独步 简·单·时·尚



X458

· 外形简洁时尚 · 彩信(MMS)* · 百宝箱(Java™)† · 65,000色彩屏 · 40和弦铃声

* MMS 以及其他相关的服务取决于网络、使用设备的兼容性以及所支持的内容格式。† Java™ 是 Sun Microsystems, Inc. 的注册商标。Java™ 应用程序取决于网络运营商/内容和应用软件提供者。

三星电子 SGH-X458 移动电话中国指定代理商：深圳爱施德实业有限公司 电话：0755-83801111 三星电子推荐使用三星原厂配件，欲购请洽：北京市百利丰通讯器材有限责任公司
电话：010-66002323 三星电子技术服务热线：800 810 5868 或 010-64751880 敬请登陆：www.samsung.com.cn 或三星乐园网站 www.samsungmobile.com.cn
进网许可证号：02-5827-040835 北京办事处电话：010-65668100 上海办事处电话：021-64401511
广州办事处电话：020-87553991 沈阳办事处电话：024-22813838 成都办事处电话：028-86781188
产品图片仅供参考，请以实物为准。三星电子保留对本公司产品规格及参数加以改变的权利，而无需事先通知。



三星 Anycall

细节在你眼中

出差回来，带回了一顶法兰西风格的帽子。自然柔软的草编贝蕾帽，是那种可爱的桃粉色，帽子上插着一根艳紫艳紫的翎羽，向上弯出一个骄傲而美丽的弧度。朋友用各种倾斜的角度戴在头上，帽子都不会滑落。“看，帽子里面”，她指给我，“这里藏着一把小梳子，想得真周到啊。”简单的帽子，充满了情调、智慧和体贴，出自有名望的设计师菲利浦·莫德先生之手，因这个小小的细节而更令人珍惜。

生活中的细节无处不在，有的很不经意，就像这帽子里的玄机；有的能平添精彩，带来愉悦的视觉享受。“azona a02”里点燃设计灵感的家居小物、“FELISSIMO”实用又趣味的创意文具；巴黎街头“WHY”概念店里的情趣摆件……感受每一个微小的细节，细细品味，乐趣也在其中。去戛纳参加电影节，无论是星光大道上耀眼的影星名媛，还是观摩电影的普通参与者，礼服的华丽和趋于时装化的创意都成为了电影盛会中霓裳的闪光点。但是，真正记住的也许就是那些色泽明艳的串珠、夸张的金属亮片、点缀的别致水晶……

细节有时候就是那点睛一笔，今夏的流行依然是重复着的基本款衣衫，但是加个蝴蝶结、多些黑白圆点，设计出层叠的波浪边……便又成为了新一季的潮流风向。每个女孩的衣橱都被塞得满满的，为什么还是感觉少一件？有个朋友和我聊起她的衣橱，她每个月都要花些时间清理，不是为了纯粹精减衣服的数量，而是为了用丰富的细节元素变化出足够多的搭配方程式。听起来有些麻烦，不过，这“必修的功课”也把她磨炼成了一个时尚买手和搭配专家。

其实，我们编辑的工作，也是细节的功课。选题、策划、调研、拍片、版式，每一个环节都是精致和准确的，就像搭积木游戏，稍有疏忽，高高的罗汉塔就有轰然坍塌的可能。她们用敏锐的眼睛捕捉和发现关于美丽的一切细节，比如这一期的封面，依旧是迷人的桥本丽香，而金属质感的耳饰和手链特别传递出了时髦的MIX气息。

做细节的捕手，用万花筒般的角度看每一个细节和细节的背后，这都是我们下一个认知的开始。

执行主编
fengli@rayli.net.cn

冯力

VOICE



L' O R É A L
PARIS

更神奇的3D立体假睫毛妆效：

3款全新 **黑泽闪彩**睫毛膏，
从每一个角度塑造迷人震撼效果！



售价：¥89

巴黎欧莱雅

LASH ARCHITECT

Black

VIBRATIONS

立体构塑睫毛膏

黑泽闪彩色系

塑造假睫毛效果

全新3款黑泽闪彩色系：蓝宝佳人 红珊仙子 紫晶天使

L'ORÉAL
PARIS

国际影星Milla Jovovich

针对局部进行搭配， 是扬长避短的好办法

亲爱的《瑞丽》美女编辑们：

我是一名刚从学校毕业的大专毕业生，踏入这个五彩缤纷的社会没多久。在很多场合，我都不知道应穿什么样的衣服才合适，再加上我的身材很不匀称，下身特别肥胖，尤其是臀部到大腿那部分。

现在我在一家大型人才市场里工作，平时都要与一些客户打交道。由于我是新来的，所以工作暂时还未做好，我的主管就要求我穿些成熟的衣服，不让穿太花的衣服。我为此烦恼。原因就是一来我的身材不好，二来就是我的脸给人一种娃娃脸的感觉，所以怕穿上了成熟的衣服，给别人的感觉还是太幼稚，自己感觉也有些怪怪的。所以就请教一下我应该穿什么样的衣服才能给人比较舒服的感觉，并且还能遮挡一下下身的肥胖。

● 你们的忠实Fans 马毅君

亲爱的马毅君：

你所提供的照片里，衣服穿得比较多，光凭这张照片无法判断你的下半身肥胖到什么程度，更不知道你的身高和上半身怎么样，所以只能给你一个大概建议，具体问题还得你自己根据自己的身材实情来决定。下半身肥胖穿成熟的正装，其实不难。因为正装款的西服裙正好是解决臀部过大的好款式，当然不要选择妈妈级的那种宽大的西服裙，而是现在市场上很多改良款的时装款西服裙，这种版型更为合体，而且足够你弥补你的局部肥胖问题，当然，同时不要忘了穿上高跟鞋哦，那样会让你看起来修长而且知性。本期的《12招对付局部肥胖》恰好就是针对局部肥胖的美眉来设计的话题，欢迎参考。

● 首席服装编辑 中中



亲爱的康林：

先提供自己的经验给你参考：每天起床进行肌肤清洁工作后，上完粉底，粉饼定妆，涂上唇膏就可出门。到办公室再完成眼影和腮红，如果你的化妆技巧很熟练，此两项步骤只需要耽误你5分钟。

这就是最省时间的方法。但要注意每日妆容色彩的变化。今夏首推闪亮妆容。基本功不变，只要注意描画的技巧和色彩的创意运用，这样即使早晨再匆忙，也可以迅速完成时髦又耀眼的闪亮妆容。

● 美容编辑 蒋媛

D178



与读者分享来自马来西亚的一封信



Hello, I'm the Malaysia reader for Rayli. How I know Rayli? All is because my boyfriend who working in Shanghai since last year and I got to read Rayli through him. He just left Malaysia last week and he bought me the April'04 issue and I just love it. In fact I read it everyday before I sleep. April issue is very good especially on spring/summer clothes and make up. Compare to Malaysia local magazine Rayli is good cos can let the reader know how to match and the most fashionable cloth and the make up trend. As most of the magazine they like to put all the foreign and expensive brand in their magazine which in fact is not practical for most of the reader. However Rayli is very good cos all is middle to some exclusive brand which most of the consumers can afford it. This is what we want and need. Excellent Rayli. Anyway my boyfriend is back to Malaysia again in the coming August and he said every trip he back he will buy me Rayli! When I know the Rayli website, I'm so excited and happy. Rayli and all the team members, good job and keep this philosophy.

● Samantha Koh (Malaysia Reader)

谢谢亲爱的Samantha Koh! 你这封洋溢着鼓励、肯定和热情的来信，让全体小编的精神都为之一振，感受到辛苦工作的价值和意义所在！希望你能随时给我们提出宝贵意见，并成为我们最好的朋友。

● 编辑部主任 王东莉

如果你有聊天的欲望，有迫切希望我们为你答疑解惑的想法，或者有收获心得要与我们分享，欢迎一起来“聊吧”，可以写信给我们，也可以直接写E-mail到：guxu@rayli.net.cn，别忘了你的美丽照片！方便我们做针对性回答！

● 读者：康林

D124



分步分地点进行化妆， 是节省时间的最佳办法

瑞丽编辑们，你们好：

我是一个爱漂亮的女孩，相信每一个女孩子都一样吧。

我的工作是总经理秘书，平时总是把自己打扮得漂漂亮亮才出门。由于我的职业关系，我要让自己变得更自信，同时也更靓丽。但是因为上班时间早，所以总是嫌时间不够，又不爱起很早，请告诉我一些可以在几分钟内就可以完成的化妆方法好吗？主要是淡妆。谢谢！

巴黎欧莱雅睫毛膏家族 成就梦想中的至美眼眸

浓密纤长的睫毛是至美妆容的重点。巴黎欧莱雅20多年来始终致力于研发能够真正满足需求的美睫产品，让每一位女性轻松拥有看得见的亮丽双眸。

更为神奇的3D立体假睫毛妆效 比假睫毛更浓密、纤长、卷翘

LASH ARCHITECT 立体构塑睫毛膏

零售价: 89元

- 美睫科技: 独特的3D立体聚合配方, 令睫毛更为浓密、纤长、卷翘
- 独特螺旋刷头: 均匀刷拭不放过任何一根睫毛
- 色彩选择: ● 黑色 ● 棕色

LASH ARCHITECT BLACK 立体构塑睫毛膏黑泽闪彩色系

- 3款黑泽闪彩色系: 蓝宝佳人、红珊仙子、紫晶天使
黑色光泽中透射出奇幻动人的纯美色彩, 散发与众不同的灵动气息, 从每一个角度塑造神奇的假睫毛妆效!
- 色彩选择: ● 蓝色 ● 红色 ● 紫色

2 睫毛深度滋养并显著增长

DOUBLE EXTENSION 惊艳特长滋养睫毛膏

零售价: 99元

- 美睫科技: Ceramide R滋养修护因子强效滋养; 天然纤维成份, 让美睫显著增长
- 特有刷头: 特有双重刷头, 轻松两步塑造惊艳美睫, 不粘腻, 不结块
- 色彩选择: ● 黑色

3 睫毛浓密而又根根分明

INTENSIFIQUE 盈密分明睫毛膏

零售价: 79元

- 美睫科技: 独有硅酮顺滑复合成份, 由根部至顶端, 塑造无比浓密的睫毛
- 特有刷头: 双效刷头令睫毛丝丝分明, 不易结块
- 色彩选择: ● 黑色

4 令睫毛纤长、明晰

LONGITUDE 无尽纤长睫毛膏

零售价: 69元

- 美睫科技: 独具Extensil活性成份, 令睫毛显著增长
- 特有刷头: 特制的弯曲刷头, 格外适合亚洲女性, 使睫毛纤长明晰
- 色彩选择: ● 黑色





OLAY



SPF19
PA++

white radiance

这个夏天，肌肤，和阳光亲密约会

面对夏天灿烂的阳光，我选择享受。因为OLAY玉兰油净白亮采修护霜，不仅能净白滋润肌肤，它的SPF19和PA++双重高效UV防护，更能为肌肤阻挡**95%的紫外线**伤害，并持续**8小时防晒**。即使与阳光相处一整天，肌肤都可以水嫩透白。还有，全新的OLAY玉兰油净白亮采修护露，不仅同样高效防晒，还特别有轻油份配方，质地清爽轻盈，肌肤全天都没负担感。现在，我可以自由自在地享受整个夏天了。

(OLAY玉兰油净白亮采防晒系列，对任何肤质都能体贴周到)



OLAY



white radiance

肌肤只有水嫩透白，没有度假的痕迹

假期的阳光海风，星光PARTY，虽然浪漫，却也给肌肤不少考验。幸好我随身带着OLAY玉兰油美容焕采面膜，它有复合cinamide，能渗透肌肤里层，重建胶原蛋白，只短短15分钟，就让肌肤回复水嫩透白。还有，和以前不一样的是，它全新的眼膜设计更能覆盖眼周，令一点点疲惫的黑眼圈，都瞬间无影无踪了。现在，我要带着美丽往下个目的地了。

每月名品

Catch the scoop

CELINE狂恋奥运会

作为时尚界的引导者，CELINE也不忘和运动结缘。在今年雅典奥运会举行前，CELINE率先推出一系列兼顾趣味和实用性的运动服饰，让奥运会也充满时尚气息。

执行/Vicky 摄影/关英伟 (ja) 品牌鸣谢/CELINE

用时尚姿势迎接奥运会的胜利

早在2002年，CELINE曾为庆祝世界杯足球赛，推出过特别CELINE系列。今年CELINE再度推出2004年奥运系列，藉此庆祝这个全球最大的运动盛会。

为了传达奥林匹克精神，这个系列以白色为主，并以五种颜色的线条呼应奥林匹克的象征色彩，其经典的blason图纹被象征幸运的金色叶穗环绕。

※洋装

性感&动感的
平衡地带

白色紧身短款洋装，搭配皮质肩带，性感中见精致。

※提包

完美融合奢华
和休闲两种对比元素

运动风格的小箱包款式，加以金色装饰，运动中带有奢华，用以庆祝奥运会的胜利。

※泳衣

热爱海滩的美眉
最不可或缺的单品

柔软贴身的面料，在腰部有奥运会的五个圆环图案装饰，中间镂空设计，颇带性感。

※凉鞋

精致风格的
系带凉鞋婉约动人

五根系带上采用五种颜色装饰，于细节处体现奥运精神，超细高跟性感魅惑。



Aimer

爱慕



“爱慕·体育之星”正在热评中，请关注新浪网体育频道。
www.aimer.com.cn 免费咨询电话：8008106099



爱慕男士内衣隆重上市

每月推荐

Catch the scoop

K-gold时尚解码

时尚的转轮，上一季还定格在简洁的银饰，这一季指针却指向了华丽的金饰。于是，K-gold卷土重来，因其能塑造多种时尚造型而成为淘金焦点。

执行/Vicky 摄影/关英伟 (ja) 品牌鸣谢/世界黄金协会 北京莱百新世纪商场

✿花形戒指

具象设计捕捉
令人怀恋的纯真年代

将小金豆排列组合成盛开的花朵图样，玲珑精致。设计师/Marco Bicego Gioielli

✿扭曲项链&手链

扭曲造型
充满后现代风格

双色金环相扣，节节相连，设计师别具创意地用此组合代表了恋爱中男女的复杂关系。设计师/Bertani

✿环形手链

全新几何
演绎前卫经典风范

仿佛曲别针穿成一串，经典中透出点点俏皮。设计师/Chiampesan

流行朝圣者必备“in”品

K-gold意指18K金饰，它具有延展性强、硬度高、色彩多变的优点，因此更具有设计感和流行性。一改纯黄金因传统工艺限制而无法创新的弊端。今年的K-gold 18K

金饰，以“简洁”和“大方”成为各品牌炮轰时尚的新主流。

无论在办公室、还是参加Party、逛街约会……都能成为你表现自信和万种风情的迷人法宝。

你gold时尚吗?

K-gold
18 K 金饰

CENTRAL
THE SOUL OF THE CITY

全新的交通规则：

请沿着靠K-gold的方向行走

justgold

(北京) 国贸商城晨曦百货 / 东方广场晨曦百货
(上海) 久百城市广场久光百货 / 淮海中路太平洋百货 / 香港新世界百货淮海店
顾客热线: 010-85113533 www.justgold.cc

世界黄金协会 gold

Catch the scoop

和星际宝贝一起活力

夏威夷的热带风情尽显动感活力，同星际宝贝一起投身于热力四射的花卉世界中。

策划&执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/冯刚、关英伟(ja)、正伟(菲林制造)
品牌鸣谢/Baboon、新浪漫主义、夏娃的诱惑、MISS SIXTY、Happy's 2 ED、Jessica 海报提供/中录德加拉



- 01助你保持适度休闲的清新印象。吊带衫/MISS SIXTY 588元。
- 02富有独特的艺术气息，让人爱不释手。迷你裙/新浪漫主义 1350元。
- 03绝对引人注目的亮彩色！凉鞋/Jessica 440元。
- 04鲜艳印花图案的七分裤非常时髦华丽！七分裤/MISS SIXTY 910元。
- 05不可错过的热带印花图案。提包/Happy's 2 ED 645元。
- 06突出与众不同的夸张效果。项链/Happy's 2 ED 495元。
- 07呼之欲出的热带风情极其魅惑。连衣裙/Baboon 925元。
- 08活泼可爱的印花图案今季最IN。比基尼/夏娃的诱惑 398元。



深层保湿养护
水亮润泽形影不离

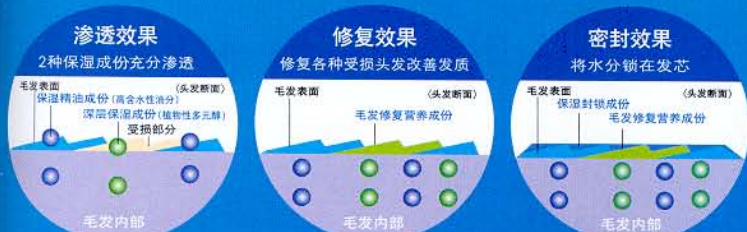
洗发

+

护发



水，令秀发盈润健康、柔亮动人！秀发如果缺少水的润养，就会干涩、蓬乱、枯黄！
全新配方的 AQUAIR 水之密语洗发露和护发素，特有深层保湿成份，使水分营养强力渗透直达发芯，同时将滋养精华和水分紧锁在头发内，进而修复改善各种不同程度的受损发质，让发丝重现健康柔顺质感！
每天使用 AQUAIR 水之密语洗发露的同时，配合精华焗油般滋养效果卓著的护发素呵护秀发，深层养护效果倍增，让水亮润泽的秀发魅力与你形影不离！



洗发露

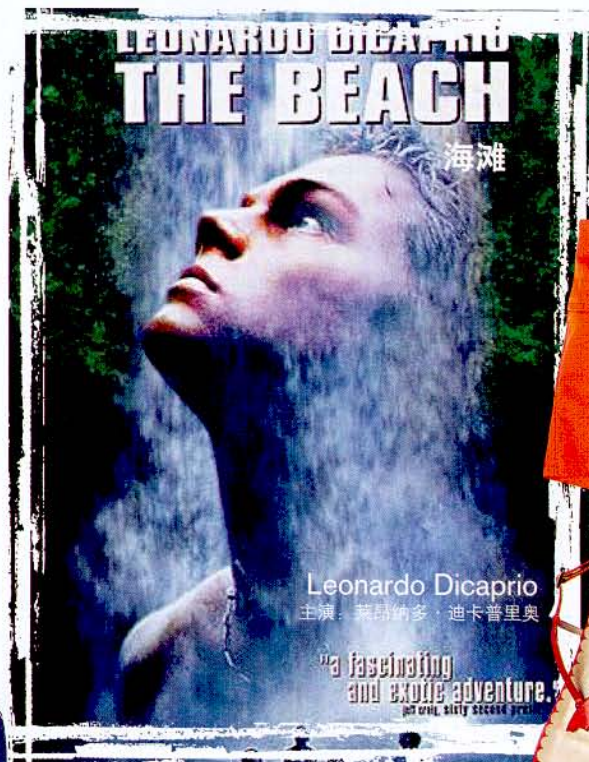
护发素

AQUAIR 水之密语
深层保湿配方

海滩心动梦之旅

迷人的海滩风景，最适宜休闲运动式装扮置身其中，与心仪的他共享这恍若天堂的惬意闲情。

策划&执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/冯刚、关英伟(ja)，正伟（菲林制造）
品牌鸣谢/MISS SIXTY、NAF NAF、Baboon、MOSCHINO、CHANEL、AXARAL 海报提供/中录德加拉



- 01 充满优哉游哉的休闲意味。手链/CHANEL 新品未定价。
- 02 通过醒目图案演绎出个性气质。T恤/MISS SIXTY 530元。
- 03 给你带来不一般的愉快心情。包/MISS SIXTY 新品未定价。
- 04 轻松休闲的款式人气十足。连衣裙/NAF NAF 699元。
- 05 仿佛能听到阵阵海浪声。T恤/NAF NAF 199元。
- 06 彩虹式的装饰手法体现魅力。T恤/AXARA 269元。
- 07 让你的玉足成为夏日的主角。鞋/MOSCHINO 3600元。
- 08 随意的表情成为惹人喜爱的理由。热裤/Baboon 549元。
- 09 耀眼的荧光色备受女孩的青睐。T恤/MISS SIXTY 420元。

持久清新
如沐清泉



黑人牙膏 水清新

含 法 国 天 然 泉 水

订做甜蜜俏佳人

与妮可·基德曼一起散发优雅甜蜜的气息，精致的做工和复古的设计使你更有女人味。

策划&执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/冯刚、关英伟 (ja)、正伟 (菲林制造)
品牌鸣谢/Blumarine、MORGAN、热风、Happy's 2 ED、夏娃的诱惑 图片提供/中国图片库



01 渐变的效果也是魅力所在。连衣裙/MORGAN 1330元。

02 清纯之极的装扮带给人乖乖女印象。连衣裙/Blumarine 4400元。

03 提升女人味的莱茵石装饰成为吸引人的焦点。鞋/热风 新品未定价。

04 自然而纯净的装饰手法显得华美高贵。项链/Happy's 2 ED 425元。

05 经典的淑女装扮提升甜美度。连衣裙/MORGAN 950元。

06 典型的复古型花朵图案娇美无比。比基尼/夏娃的诱惑 598元。

07 光彩照人的色泽增加华丽感。手链/MORGAN 340元。

OFIMAN 奥菲曼



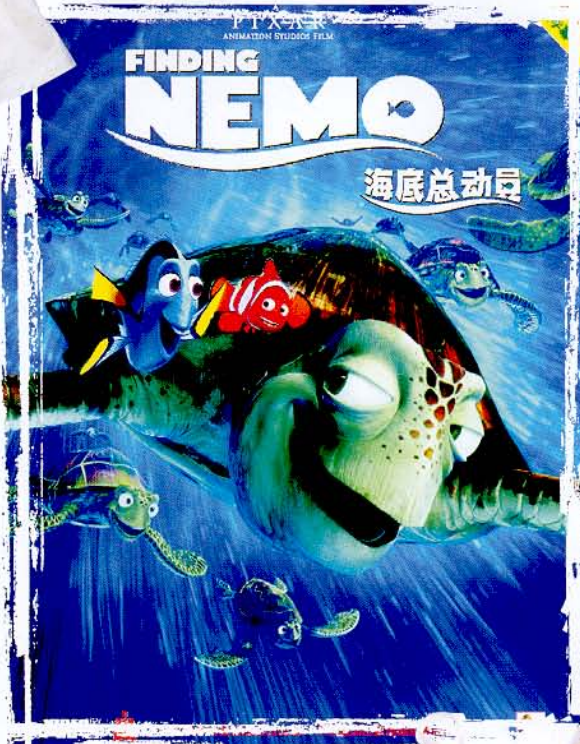
前沿·蓝色

Catch the scoop

蓝色海底总动员

整个夏天蓝色将给我留下最心动的回忆，可爱而纯真的装扮风格要占领整个夏日。

策划&执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/冯刚、关英伟 (ja)、正伟 (菲林制造)
品牌鸣谢/Blumarine、Happy's 2 ED、新浪漫主义、AZONA、Baboon、MORGAN、夏娃的诱惑、施华洛世奇 海报提供/中录德加拉



01 可爱&动感的明快图案展现柔美气质。T恤/Blumarine 2600元。

02 纯真而浪漫的设计元素扣人心弦。上衣/Baboon 498元。

03 浪漫的花卉图案占据你的心房。裙/Happy's 2 ED 689元。

04 精巧的款式设计表现出可爱印象。鞋/MORGAN 698元。

05 极其诱人的光泽富于变化。胸针/施华洛世奇 1300元。

06 纯净无瑕的色彩显得无比清爽。比基尼/夏娃的诱惑 398元。

07 使甜美度倍增的印花图案引人注目。连衣裙/AZONA 568元。

08 富有民族特色的纯真风格款式。上衣/新浪漫主义 1830元。



www.jeanswest.com.cn

有心，就有翼。

JEANSWEST®
真 维 斯

R-7
coupon

现凭印花加 **¥5**
可换领真维斯袜子一对

· 数量有限，送完即止
· 不能与其它优惠联用
· 本印花复印无效
· 真维斯保留本次活动最终解释权
· 本印花有效期：2004年7月1日至8月31日

加盟热线：0752-2819374 2819755

咨询电邮：info@jeanswest.com.cn

绚彩夏色

这个夏天，没有人比你更惹眼。用彩虹的炫目色彩涂抹素颜，带着雨后放晴的灿烂心情，做阳光下最奔放的夏日娇娃！

策划&文/蒋媛 摄影/阿伟(jia工作室) 插图/康璐 品牌鸣谢/兰蔻、雅诗兰黛、香奈儿、美宝莲、倩碧、Dior、资生堂、YSL



- 01 鲜艳生动的色彩，让双唇更立体。兰蔻花汁唇蜜（紫、艳粉） 240元。
- 02 为双唇增添亮泽光感。Dior魅惑唇彩（粉） 240元。
- 03 海蓝色带来宜人的明净气息。兰蔻单色炫彩眼影（蓝） 195元。
- 04 独特的水晶冰造型，带来新鲜感受。雅诗兰黛眼影（蓝） 200元。
- 05 诱人的珠光色彩，让十指体验别样风情。兰蔻指甲油（桃红） 145元。
- 06 蕴含钻石般的护甲微粒，令指甲坚韧亮泽。美宝莲水晶淡彩护甲油（粉） 19元。
- 07 质地细腻，易于涂抹。倩碧柔妍迷彩胭脂（粉） 230元。
- 08 呈现立体的酷感眼妆。香奈儿格型眼影（紫） 335元。
- 09 去除油光的同时，兼具卓越的保湿功效。资生堂调整皮脂美容粉饼 280元。
- 10 甜美的浅粉色适合任何场合。YSL流光颊彩（粉） 340元。



AVON
雅芳比女人更了解女人



双唇持续闪亮，
光彩来自我的活唇膏！

雅芳色彩系列 我的活彩妆

模特示范色：雅芳晶璨唇膏 CS40



雅芳晶璨唇膏

多层鲜彩微囊，色彩持久闪亮

不用时刻补妆，双唇依然晶亮璀璨，因为我用的是雅芳晶璨唇膏！
它突破性的多层鲜彩微囊科技，色彩随时间层层释放，配合璀璨粒子，让我的闪亮唇妆数小时不变。加上特有的植物水润营养成分，在美丽的同时，给我双唇多一份光泽滋润。
时刻晶璨的双唇，任何时候都为我吸引最多的目光！

七彩靡香

通透净亮的玻璃瓶身，折射出骄阳的七彩光芒。清风拂过的瞬间，宛若披上一件多彩香衣，将你甜蜜的女人幽香，带到他的身旁。

策划&文/蒋媛 摄影/阿伟(ja工作室) 插图/康璐 品牌鸣谢/雅诗兰黛、碧欧泉、倩碧、兰蔻、娇兰、Dior、伊莉莎伯·雅顿



02



03



05



04



06



07



08



09



- 01 神秘的东方气息。雅诗兰黛“我心深处”香水 50毫升/660元。
- 02 清爽感受适合好动的你。碧欧泉活力香氛 100毫升/420元。
- 03 领你体味心灵深处的愉悦。倩碧“Happy heart”香水 50毫升/550元。
- 04 淡淡的就很诱人。兰蔻绿逸淡香水 150毫升/295元。
- 05 带给你梦幻的嗅觉世界。雅诗兰黛“霓彩伊甸”香水 50毫升/690元。
- 06 淡雅的薄荷香，让盛夏瞬间清凉。娇兰绿薄荷香水 75毫升/430元。
- 07 令肌肤散发幽雅馨香。兰蔻玫瑰神话香氛 100毫升/860元。
- 08 别样的嗅觉诱惑。Dior绿毒香水 50毫升/540元。
- 09 纯自然的淡雅气息。伊莉莎伯·雅顿绿茶香水 100毫升/505元。

镜光甲油, 招架Up2U



Up2U

www.up2u.com.cn 沪工商广备印字2004000348号 卫发准字29-XK-0063 第7



Up2U

美由你做主

Up2U 镜光甲油

指尖放射闪动电流, 无从闪避,
瞬间派对女生, 惊艳主角,
神奇就在Up2U的镜光指甲油系列中!

轻轻一抹, 感受丝般柔滑,
金属的光感反射, 在色泽中魅惑四射,
缔造如同镜面般的闪亮酷感。

七款炫彩, 易卸易换,
七色魅力, 目眩神迷。

Up2U镜光甲油, 你招架得住吗?

Catch the scoop

韵彩果味

用水果的香甜润泽肌肤，用养眼的色彩渲染心情。像多彩的果味泡泡，轻轻吹起，载着盛夏的甜美梦想，飘向幸福彼岸。

策划&文/蒋媛 摄影/阿伟(ja工作室) 插图/康璐 品牌鸣谢/兰蔻、薇姿、理肤泉、欧莱雅、SK-II、小护士、伊莉莎伯·雅顿



- 01 令口红、唇彩的效果更完美。兰蔻葡萄活力润唇露 15毫升/新品未定价。
 02 有效改善身体局部的“橘皮”现象。薇姿轻盈纤体精华露 200毫升/298元。
 03 具有舒缓肌肤、收缩毛孔及抗菌功效。理肤泉温和收敛喷雾 150毫升/新品未定价。
 04 有效抵御肌肤第一道老化痕迹。欧莱雅明效活力精华素 30毫升/160元。
 05 能舒缓肌肤，增强肌肤的天然保护力。薇姿清爽防晒啫喱 125毫升/208元。
 06 三重美白功效，提供完美夜间修护。碧欧泉晶白净化乳 300毫升/600元。
 07 令肌肤的色泽、弹性、质感均得到显著改善。SK-II 多元细胞修护素 80克/990元。
 08 为肌肤提供完美的保湿平衡。欧莱雅清润全日保湿乳霜 50毫升/110元。
 09 超强美白精华，令肌肤由内而外焕发亮白光彩。小护士亮白润肤露 50毫升/29元。
 10 水果精华瞬间渗入皮肤底层。伊莉莎伯·雅顿葡萄籽面膜 50克/350元。

FASHION

这个夏期频繁上演惹火事件

色彩大胆张扬，炫目夸张

照耀出一片清凉世界

大朵大朵的花在其间烂漫地开

让宇宙起风，吹走炎热和迷茫

让裙角起飞，飞出一夏的精彩

鲜花盛开，开满一身，波光闪闪，荡在心间



美丽夏装
时尚秀!

10大靓装

伴随你度过美丽初夏的乖巧衣橱，现在需要来一个彻底更新了！
恋爱和美丽均如花绽放的盛夏季节，一定要做一个百分百的时尚女孩。
快快将最可爱、最能带给你快乐的靓丽衣装带回家吧！

摄影/小倉啓芳(模特)、山崎玲児(模特)、瀧瀬徹(静物) 造型/中村利惠
发型&化妆/押田秀明、篤史 模特/菅原禄弥、石田香奈、葛冈碧、彩友美

Motoya

华美的金色调装扮带来
一见钟情的视觉冲击

一抽褶设计的金色吊带上
装搭配同色调的配饰，烘
托出既洗练又时髦的气
质。白色裤装使整体感觉
更加具有亲和力。

高贵金色调

迷人的抽褶

HOT 10 ITEMS

★ 时髦的金色上装

- 1 柔美的基本色迷你裙
- 2 层叠荷叶边上装
- 3 修身款式的红色上装
- 4 充满动感活力的上装
- 5 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 6 有细节设计的白色裤装
- 7 优雅的印花及膝裙
- 8 条纹图案露肤上装
- 9 乖巧可人的黑色上装

度过悠长夏期

以黑色为衬底更加明亮
闪亮莱茵石

粉色巧遇黑色
条纹图案

露肤上装搭配
迷你裙的时髦造型

一 (左) 上装采取具有收缩效果的黑色令身材更显苗条修长。(右) 用黑色条纹图案来收敛粉色的甜美度。

LOVELY SUMMER

HOT 10 ITEMS

- 1 时髦的金色上装
- 2 柔美的基本色迷你裙
- 3 层叠荷叶边上装
- 4 修身款式的红色上装
- 5 充满动感活力的上装
- 6 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 7 有细节设计的白色裤装
- 8 优雅的印花及膝裙

★ 全透明露肤上装
★ 10 秀巧迷人的黑色上装

HOT 10 ITEMS

- 1 时髦的金色上装
- 2 柔美的基本色迷你裙
- 3 层叠荷叶边上装
- 4 修身款式的红色上装
- 5 充满动感活力的上装
- 6 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 7 有细节设计的白色裤装
- 8 优雅的印花及膝裙
- 9 条纹图案露肤上装
- 10 乖巧可人的黑色上装



红、白、蓝的三色组合

动感图案

Logo图案是重点
露肩设计

胸前也有装饰石
娇嫩粉色

经典的牛仔下装是流行款
上装的最佳伴侣

△(左)吊带背心搭配牛仔裙,用镶
铆钉腰带围出酷感。(中)造型虽然
简单,却在细节中体现品位。(右)
亮丽的红色抹胸搭配牛仔裤让你瞬
间变身为夏日阳光女孩

简洁款式的牛仔连衣裙在今夏释放出无限魅力!

、抹胸式牛仔连衣裙令你既可爱又性感，用红色藤编挎包来增加色差，同时成为全身搭配的亮点。



今年的最in材质
性感超短式

LOVELY SUMMER

HOT 10 ITEMS

- 1 时髦的金色上装
- 2 柔美的基本色迷你裙
- 3 层叠荷叶边上装
- 4 修身款式的红色上装
- 5 充满动感活力的上装
- 6 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 7 有细节设计的白色裤装
- 8 优雅的印花及膝裙
- 9 条纹图案露肤上装
- 10 乖巧可人的黑色上装

随风摇曳的荷叶边
提升你的时尚度!

~(左)层叠荷叶边装饰的上装令小胸美眉充满自信。(右)如洋娃娃般可爱的装扮怎能不令他心动。

雪纺绸飘逸动人
可爱圆点



搭配淡粉色是明智之选
高级感黑色



HOT 10 ITEMS

- 1 时髦的金色上装
- 2 柔美的基本色迷你裙
- 3 层叠荷叶边上装
- 4 修身款式的红色上装
- 5 充满动感活力的上装
- 6 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 7 有细节设计的白色裤装
- 8 优雅的印花及膝裙
- 9 条纹图案露肤上装
- 10 乖巧可人的黑色上装



七分裤清凉一“夏”
系带装饰

斜裁下摆独具魅力
浪漫大花朵

花朵图案&蝴蝶结
演绎前所未有的女人味

——（左）无论是色彩还是款式都令人备感清新。
（右）设计独特的黑色上装搭配印花及膝裙，性感中混合着浪漫。

LOVELY SUMMER

HOT 10 ITEMS

- 1 时髦的金色上装
- 2 柔美的基本色迷你裙
- 3 层叠荷叶边上装
- 4 修身款式的红色上装
- 5 充满动感活力的上装
- 6 百搭不尽的牛仔连衣裙
- 7 有细节设计的白色裤装
- 8 优雅的印花及膝裙
- 9 条纹图案露肤上装
- 10 乖巧可人的黑色上装

HOT 10 ITEMS

1

简约的下装
让你瞬间百变!

时髦的金色上装

金色上装是体现高贵感不可缺少的秘密武器。通过选择单色的简约下装能够瞬间提升华丽效果。无论白天购物还是夜晚参加Party都非常合适。

优雅的露肩式

款式乖巧的
金色上装
最适合周末逛街!

退线针织衫加入些亮色元素即使在白天也显得华美迷人。裤脚处的蝴蝶结装饰大大提升整体美感。

一能够尽情展现颈部及手腕的金色无袖针织衫搭配微喇牛仔裤,完美结合高贵华丽和潇洒自在。

华丽的金色让你成为众人瞩目的焦点

白色手提包为休闲装扮增添精致效果

肩部抽褶

给人留下美好印象的简单造型

+ 牛仔裤

具有金色闪光效果的凉鞋增加无限时髦度



开衫式

精彩细节

明亮色调

前襟处有细带交叉的针织衫让你性感无限!

搭配牛仔七分裤表现清爽个性的气质

搭配闪光效果针织开衫显露成熟韵味!

↑ 迷你裙上闪亮的莱茵石装饰是这身装扮最引人注目的焦点。内装选择性感的黑色抹胸,休闲时也不忘记女性美。

↑ 上装的闪光材质与粗犷的丹宁布形成鲜明的对比,共同演绎华丽休闲风。鞋与包用白色来统一,以平衡整体效果。

↑ 简洁的短袖针织衫因为明亮的色彩而变得精彩。搭配石磨蓝色仿旧牛仔七分裤,成功升级为可爱俏丽的女孩。

选择明亮的色调搭配白色是突出轻快感的关键

→金色和白色的搭配自然协调。选择色彩鲜艳的手提包做点缀，令你魅力十足。

侧缝晶莹闪烁的莱茵石和上装的质感巧妙呼应

白色高跟鞋与下装达成统一，令双腿更显修长

可爱蝴蝶结

用今年最为流行的胶质手提包营造强烈的色差！

清爽女孩的夏季必备

×白色

→金色与黑色同属高贵色系，精致的装扮是拥有性感身材的你一贯的宠儿。

无论单穿还是作为内装都是你的贴身宝贝

飘逸的荷叶边裙摆展示出优雅与浪漫

淑女度绝对NO.1!

×黑色

V字领设计

闪光的材质令你成为夜晚的第一女主角

令足下生辉的黑色凉鞋与下装的色调自然连接



拉链设计

简约的装束永远不会被时尚所淘汰



微动感条纹

隐约的条纹于斯文中显现动感活力！



露肤款式

露肩上装&鱼尾裙打造柔美气质



纯正色调

纯正的金色最适合小麦色肌肤的女孩



波浪式的衣袖如花瓣般时髦华丽！



可爱款式

悄然露肩

高贵的金色使迷你造型瞬间呈现成熟味

1 做工精细的拉链针织开衫搭配白色长裤，无论是通勤还是休闲都具有亲和力。大大的手提包带来一丝动感。

1 金色条纹无袖针织衫搭配简洁款白色迷你裙，效果出众。最好搭配金属色的高跟凉鞋，取得整体平衡感。

1 优雅的美人鱼造型在今夏极为流行。华丽的鞋款让你感受明星般的气质，无后跟的设计使穿着更轻松。

1 有美腿效果的七分裤选用了黑色的上等面料以体现高级感。给人留下优质印象。裤袢上的桃心装饰可爱无比。

1 帅气的黑色裤装中和了针织上衣的甜美度。镶嵌了闪亮宝石与水晶的金属材质手提包是超流行的时髦单品。

1 针织衫肩部的系带令香肩悄然裸露，成熟中不忘彰显可爱魅力。设计感十足的透明材质手提包点亮整体搭配。

沉稳的基本色让可爱的荷叶边款式变换成熟印象!

柔美的基本色迷你裙

优雅中带着些许调皮的迷你裙已成为众多女孩的衣柜新宠。想把自己的靓丽发挥得淋漓尽致吗?可爱款式&基础色调才是智慧之选,搭配的范围极为广泛,使这一季的淑女更加精彩!

STEP 1

黑白主题装束
演绎经典时尚



层叠装饰

↑ 黑白色的搭配使甜美度达到平衡,表现绝对出色的成熟味。手提包的条纹装饰带来动感。

STEP 2

下装也可选择
淡淡的米色



↑ 黑色邂逅米色重塑香奈儿风格的经典时尚,露肩上衣搭配层叠荷叶边迷你裙充满浓浓的女人味。

STEP 3

橘色×白色
亲切感无限



波浪形下摆

STEP 4

× 黑色增强
对比度!



↑ 橘色×黑色的配色方案使原本艳丽的橘色更加饱和和鲜艳,赶紧选择这套装束,尝试可爱另类的淑女造型。

精致的缎带

STEP 5

× 粉色
使黑色
变身可爱



STEP 6

× 蜡笔黄色
引人注目!



↑ 蜡笔黄色与黑色在明度上形成强烈的对比,白色大型手提包为整体搭配带来清爽宜人的效果。

STEP 7

用不同的材质
实现清洁感的
完美搭配



↑ 裙摆处不加修饰的毛边使淡粉色的荷叶边迷你裙更加质朴可爱,结合女孩款上装来显示休闲感。

STEP 8

选择牛仔材质
也很不错



↑ 对于不太适合甜美装扮的女孩来说,牛仔材质可让你安心搭配,通过上装的变化演绎出个性与气质。

两侧有细带装饰的卡其色迷你裙为可爱的装扮带来活力与动感。

柔和宁静的蓝色瞬间吸引你的视线

HOT 10 ITEMS

3

飘动的下摆

一嵌有水果坠饰的腰链玲珑可爱，成为表现女孩气息的亮点。

纯棉质地

细小的装扮能呈现出一种微妙的性感

今年最in的流行款式！ 将甜美元素搭配出优雅随意的味道 层叠荷叶边上装

简洁款下装令上衣成为主角

一肩部的系带蝴蝶结大大升级可爱度。

性感的胸部造型

↓抽褶、蝴蝶结、莱茵石三大流行元素融会贯通。

随风飘动的荷叶边将女孩的甜美娇俏发挥到极致。不过，要提醒的是，上衣已有很多内容，下装一定要穿得相对简单。

清凉色调

一粉色蝴蝶结图案使黑色变得可爱无比。

甜美造型

蝴蝶结图案

↓胸口细碎的抽褶设计体现浪漫情调。

精致的迷你褶边

↓胸口抽褶设计使成熟色彩表现出俏皮可爱。

胸部抽褶

+ 白色七分裤

流行的粉色

珠图案

+ 卷边牛仔裤

+ 黑色迷你裙

↑上装将白皙的肌肤裸露得恰到好处，并选择薄荷色来体现清凉感。

↑简约修身的迷你裙采用有高级感的黑色却一点也不显隆重、严肃。

↑飘逸的雪纺绸配上柔和清雅的水珠图案，衬出少女的浪漫情怀。

→ 海军蓝色的字母图案窄边装饰调整整体轮廓，增强印象感。

窄边装饰



条纹图案

↑ 公主般的红色条纹图案露肩上装将展现你的纤细锁骨。

Logo图案

一字母和符号在阳光中畅游，轻松代言今夏的数字时尚。



百搭款式



↑ 在服装上或印制或刺绣字母图案在这一季十分流行。



一红色条纹图案背心的收腰设计将美好身材显露无遗。

修身设计

动感条纹



HOT 10 ITEMS

4

↑ 热烈、饱和的红色运动款露脐抹胸最适合海滩造型。

→ (左) 红色背心和牛仔裤造就活力四射的街头装束。(右) 圆点图案在视觉上降低红色的饱和度，配合抹胸式设计让整件衣服变得柔和而活泼。

简洁的设计

圆点图案

活力红色瞬间吸引你的视线！

红色风暴已来临！到处是靓丽的HOT GIRL 修身款式的红色上装

在蔚蓝海岸和天空辉映下，红色上装燃烧了整个夏季！虽不及粉色温柔甜美，却热情奔放，鲜亮夺目。加上各种可爱的元素，每个人似乎都是一个美丽天使。

红色背心
让你感受到
郊游的轻松

← 闲暇时光的服装选择标准除了款式一定要简洁、舒适度也要百分百。



一红色在黑白色的映衬下更显纯粹，摇曳的裙摆散发出浓浓女人味。

造就甜美气氛的
约会装扮



一将牛仔外套围在腰上感觉很休闲，同时还能掩饰臀部大的缺点。

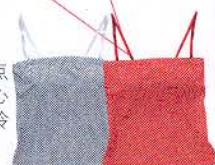
轻松随意的装扮
成就假日休闲造型！



想要表现个性
请选择红色

在风靡款式当中，绝对清新可爱的圆点图案上装脱颖而出！

一细密的圆点图案吊带背心最适合小巧玲珑的女孩。



一肩部的蝴蝶结系带十分可爱，打造无敌夏日造型。





→ 色彩清凉的无袖Polo衫采用了纯棉材质。



清爽色调

→ 温馨柔和的粉色包容了长裤的纯净白色，显得清爽动人。自然休闲风格的编织手袋亮亮全身搭配。



→ 粉彩条纹犹如彩虹渐变，色彩搭配千变万化。

经典样式

运动条纹

黑白主题

选用方格图案下装体现今年的流行

HOT 10 ITEMS

5

无论何时都不能忘记穿出柔美女人味！

充满动感活力的上装



粉色Logo图案更添几分精致女人味

Logo图案

运动风貌其实一直都处在流行的主流地带，今年夏天更不容小看。不寻常的是加入了更多甜美元素，让运动风增添了更多的青春与性感！

→ 井然有序的图案结合古典主义和运动风格。



收腰设计



字母图案

一本季既时髦又具女性气息的穿着，非背心莫属。



→ 简洁的款式，利落却充满活力的色彩，这些都是青春的玩法。条纹腰带让你活力四射。

前胸系带

露肩上装让你尽情享受夏日阳光！

↑ (左) 上装的深色与下装的浅色形成色调对比，非常适合上身丰满而臀围偏窄的女孩。(右) 全身除了黑与白没有其他多余的色彩，古典文静的女孩可以选择这身装扮。



↑ 红色帽衫热情无限，带来强烈的视觉冲击力。



↓ 彩色条纹的窄边装饰是体现运动感的重要元素。

连帽款式

运动风貌

运动装束当然要以舒适为第一要素

拉链设计

→ 米其色裙装搭配个性成熟的粉色帽衫，加上金属色凉鞋的超炫点缀，夏日骄阳下一眼难忘。



→ (左) 亮丽的黄色抹胸是夏日造型的活力之源，光泽牛仔与盛夏骄阳交相辉映。(右) 今季鲜艳的橘色也很受瞩目，搭配缀满莱茵石的牛仔短裙既时尚又可提升人气度！

↓ 柠檬黄色吊带背心，彩虹色肩带可随意摘脱。



阳光般的色彩



露脐上装让你在夏日阳光下尽情享受！

纯真柠檬黄



动感橘色

× BLUE



采用相同色系
带来统一谐调感

★ 伞形下摆

★ 独特的裁剪

(左) 要想做个乖乖女, 必须摒弃繁复的款式, 简约风格是首选。
(右) 裙摆处的褶裥令你活泼可爱。

HOT 10 ITEMS

6

今年最为抢手的流行款式!

百搭不尽的牛仔连衣裙

白色配合橘色
完成新鲜的淑女装



侧拉链设计和腰间的蝴蝶结是这件牛仔连衣裙的精彩细节, 橘色手提包为淑女造型增添休闲味道。

★ 优雅蝴蝶结

× ORANGE

拥有一款牛仔连衣裙, 无论在街头还是海滩, 都会引来艳美的目光! 搭配各种各样的空调外套和多彩配饰, 是使简约的牛仔连衣裙表现华贵气质的秘诀!



手提包及腰带
吸引你的视线

★ 超短设计

× RED

超短式的设计使七月的连衣裙与众不同。将能够增加色差效果的红色分散点缀来强调呼应效果。

时髦快乐的黄色
令你绽放笑颜

★ 荷叶边下摆

× YELLOW



荷叶边裙摆和略低的V字领口打造迷人的性感宝贝, 醒目的黄色针织开衫在配色上打破单一的局面。

牛仔吊带连衣裙上的明线与提包的粉色谐调呼应。网眼手提包以及透明凉鞋等夏日味道的配饰清新而自然。

充满夏日气氛的
编织手袋
表现可爱魅力

粉色明线

× PINK

牛仔连衣裙 实现完美配搭

在不同的场合，
牛仔连衣裙与任何华美元素都能自然融合，
无须担心装扮的单一枯燥。



↑ 人气极旺的天蓝色前襟系结衬衫让你独占街头视线。大大的藤编手提包让你满载而归。

↑ 胸口的小V字设计流露出隐约的性感，露肩款式就算经日晒也不会留有肩带的痕迹。

↑ 约会时通过外套来控制裸露程度令你更有女人味。鲜亮的桃粉色一定能牢牢锁定他的视线。

↑ 拉链针织帽衫搭配直身连衣裙塑造出校园的经典时尚。薄荷绿色给人带来清快感。

↑ 收腰的设计勾勒出美妙的身体曲线，最后以白色蝴蝶结装饰高跟鞋来做结束，展现可人效果。

简约中富有变化是把握可爱度的关键!

有细节设计的白色裤装

这个季节卷边牛仔裤大受欢迎,而简洁乖巧的白色裤装也十分诱人!系带、蝴蝶结、莱茵石等可爱细节带给人甜美十足的印象。

系带装饰

一看似普通的款式,后面裤脚处的精巧细节表现出成熟气质。

微性感的系带
令你变得
与众不同!

精彩饰链

↑表现个性的拉链裤兜以及饰链独具匠心,是魅力关键所在。

莱茵石装饰

↑白色七分裤前后兜上镶嵌的莱茵石使普通的款式瞬间精彩。

裤脚收紧

→裤脚两侧瞬间收紧的系带设计使双腿更显修长。搭配肩部抽褶的可爱上装营造出清爽鲜明&性感妩媚的风采。

闪亮侧缝线

抽褶与系带

→能够调节开衩长度的银色纽扣成为个性细节,可谓别出心裁。

→具有清洁感的白色搭配大型的莱茵石饰扣人见人爱。

前襟系带

金属饰扣

→裤脚处的抽褶设计与摇曳的系带是白色变身可爱的秘诀。

两侧的莱茵石
闪烁出登峰造极的
华美感!

比普通裤装可爱百倍的白色九分裤携同飘逸的雪纺绸上装让一举一动都格外飞扬。搭配藤编手提包更添光彩。



选择黑色
是将怀旧花纹
穿出酷感的关键

★.....
古典的花朵图案

HOT 10 ITEMS

8

轻盈的面料和流畅的线条
混合出新浪漫主义！

优雅的印花 及膝裙

南国风情的花朵
融入上世纪
八十年代的风格

→ 柔美的斜裁，纷
繁的印花等多元化
的表现手段使这一
季的女孩更加精彩，
搭配露肩上装演绎
活泼的青春气息。

★.....
体现热带风情



美丽的花朵图案在这个季
节发散出优雅气息，并时刻准
备到处绽放。柔美的线条以及
波浪般的荷叶边带领你走入一
个轻纱曼舞的年代。

↑ 永远不会被淘汰
的黑色吊带背心搭
配古典花朵图案雪
纺绸裙，在Dancing
的场合中，会呈现
意想不到的流行感。

可爱而醒目的
花纹和恋情
一样甜美



→ (左) 摒弃以往
的硬朗风格，浓浓
女人味将是今年夏
天服饰的时尚首选。
(右) 如云似水的抽
象图案，收紧臀部
的曲线依然难挡曼
妙身姿。

★.....
可爱的碎花

★.....
流畅的线条

偶尔做出
淑女的姿态
等待他的到来

★.....
迷人的开衫





抽褶设计

→ 薰衣草紫色条纹露肩上装，胸部的抽褶非常别致。



不规则的条纹图案是活力的源泉

清凉的色调

← (左) 校园风格的条纹针织衫搭配薄荷绿色的短裙，怎么看都是一个有教养的女孩。(右) 曲线造型的白色手提包是小资美眉的最爱。

加入成熟酒红色



水手条纹图案是度假的最佳选择

→ 条纹针织吊带背心搭配牛仔下装打造轻松随意的休闲造型。搭配女孩味十足的配饰，休闲中蕴含着优雅。

性感V字领

HOT 10 ITEMS



高领设计

↓ (左) 红色条纹针织上装。(中) 绿色条纹针织背心。(右) 黄色条纹单肩针织衫。

背部很精彩

不对称肩部



↑ 如糖果般甜美的彩虹条纹针织衫放出少女般的明媚。

彩虹条纹

今年修身的设计是选择关键！

条纹图案露肤上装

今年的夏日条纹上装以全新的面貌登场！不要黑白分明，不要井井有条，冲出沉沉的条纹樊笼，陷入清凉的阵营。提升女人味的露肤设计成为焦点！



→ 条纹背心微露出诱人锁骨，是展现青春活力的最好选择。

宽肩带设计



闪光材质

↑ 摘掉珍珠肩带就变身露肩上装，光泽感华美迷人。



斜条纹

← 米色斜条纹露肩上装使身材显得更加纤细苗条。



蝴蝶结装饰

上装及裤脚处的蝴蝶结使可爱指数急速上升！

一大胆地运用甜美元素打造今年夏天时髦的Ray女孩，完成无论从哪个角度都看不出任何缺点的可爱Style。



购物

开车兜风

无论哪种场合都可灵活运用!

约会

迷你圆点

上学

飘逸雪纺绸

开衩衣袖

肩部开衩
收敛了牛仔裙的
休闲感

透明材质

不对称肩部设计

模仿电影
女明星的
休闲度假装扮!

海边游玩

休闲装扮中
满载了
时尚元素!

↑半透明的黑色上装隐约展现姣好的身材。粉色的大型藤编手提包和透明材质的凉鞋增加甜美娇俏。

褶皱装饰的
手提包是构思的
精巧所在

↓新鲜度超群的桃红色方格七分裤是今夏的最in单品。一定要赶紧拥有，与黑色上装相搭配打破原有的单调沉闷。

↑黑色圆点吊带衫搭配白色七分裤，选择简单却不单调的配色方案，于简洁中见证魅力，是今年夏天最迷人的Style。

↓略微成熟的黑色一字领上装搭配侧开衩牛仔裙，演绎另类校园形象。薄荷绿色的手提包是今年时尚女生的扮靓法宝。

可爱基调的
褶皱上装
怎不令他心跳

↓黑色雪纺绸上装组合修身款的斜纹及膝裙，让你显得既乖巧又成熟。搭配有设计感的手提包，更是锦上添花。

HOT 10 ITEMS

10

心情不断变化，经典的黑色上装却恒久不变!

乖巧可人的黑色上装

经典&时尚的黑色虽然是去年的主流，但因加入了褶皱、蝴蝶结等装饰元素，仍然符合今年的人气潮流! 你的衣橱里也应备一件以满足搭配的需要。

白色镶边

↓采用手感舒适的弹力面料具有凹凸有致的典雅美。

↓肩部的绸缎细带蝴蝶结和紧凑小巧的袖口共同塑造可爱女生。

缎带蝴蝶结

别致的衣领

抽褶设计

↓香奈儿风格的细链黑色吊带背心实现了登峰造极的奢华感。

华丽的肩带

↑可爱的白色镶边&蝴蝶结是主角，点缀水钻令你光芒四射。

↑镶嵌的水钻仿佛天边闪烁的群星，又似水中流动的宝石。

↑传统基调的V字领上装因为采用了抽褶设计而变得华美高贵。

L' O O R



NATALIA VODIANOVA

É

A

L PARIS

DERMO-EXPERTISE

三步击退油光和痘痘

PURE ZONE

净界持续净化系列

全新 持续净化护肤步骤

- 1 深层去角质：清除污垢、多余油脂和老化角质。
- 2 净化肌肤，紧致毛孔，去除油光和痘痘。
- 3 抑制油光，一整天防止肌肤再次出油现象，并令肌肤长久保湿。

创新组合：

水杨酸：有效去除老化角质，净化肌肤。

控油舒缓因子™：调节油脂分泌，舒缓肌肤*。

*详细信息请访问www.lorealparis.com网站

巴黎欧莱雅 专业肌肤保养
从科研到美

你值得拥有

- 第1步 深层去角质
- 第2步 净化 + 紧致毛孔
- 第3步 抑制油光 + 保湿



青春肌肤，纯净每一天。

L'ORÉAL
PARIS

8类灼热单品FAS

对时尚News超级敏感的买手们为我们带来8类盛夏灼热单品的全面报告！一定要把它们列入夏季置衣计划里哦！

摄影/青野正(模特)、菊田香太郎(静物)、久保親平(取材店、读者) 造型/有村華菜子 发型&化妆/篤史(HEADS) 模特/菅原祿弥、葛岡碧、芥川舞子

「雪纺绸印花图案吊带衫 & 白色高脚裤」

改良后的
荷叶边设计依旧
必须关注！

最高细节



← 绸缎滚边使
雪纺绸显得端
庄，荷叶边很
雅致。

印花图案
雪纺绸吊带衫正在热销



↑ 美丽夏日必备的桃
红色荷叶边吊带衫和
树叶图案的吊带衫。

→ 绿色荷叶边吊带衫+白色高脚裤，充满
夏日气息的可爱图案使荷叶边的容量感变
得简洁流畅。

JAYRO

充满夏日气息的色调人气高涨！
优美的曲线是FASHION关键



Fashion买手
松山堯代

fashion
报告

选择自己的人气色彩，
做盛夏扮靓高手

今夏热销的色调是黄色、绿
色以及普遍的桃红色，从服装店
店员的工作服上可看出端倪，当
然还要选适合自己的。

看看她们的
选择！

「注重细节
之美的
连衣裙」

非常抢眼的色彩
正在被
大胆尝试！

最高细节



↑ 立体裁剪使曲
线优美动人，将
领口竖起来穿显
得潇洒帅气。

黑色 & 桃红色也人气旺盛



→ 黑色和桃红
色连衣裙，都值得
早早购买。



工作服STAFF

某服装店店员 白石夏未
「黄色让肌肤变得明亮，
削肩设计使手臂修长。」



某服装店店员 小林泰子
「掀起销售热潮的是绿色，
建议搭配细链条腰带。」

「黄色连衣裙+白色凉鞋，清爽的色调是
被选做代表潮流的工作服的理由，低腰的
腰带设计是营造夏季美人的秘诀所在。」

HION 买手报告

「露肩针织衫
+白色喇叭裙」

橙色是最像
盛夏阳光的人
气色彩!

highest 细节



↑露肩部分为凉
爽的眼网编织，
性感的胸部汇集
无数视线。

白色&粉红色
也是必选单品

→露肩针织衫，
适度的露肤上装
很受欢迎。

盛夏时尚单品
就从“服装店
店员的工作服”
开始搜寻!

在读者调查中，“觉得店
员穿着很好看，所以买了下来”
的答案数不胜数！好的服装店
店员的工作服都经过认真挑
选，它们会体现当季流行点。

「圆点图案的吊带衫
+白色八分裤」

颜色和修身长度
一直受狂热
追捧

highest 细节



↑边侧开衩处装
饰水钻，后口袋
也采用闪亮元素。

牛仔面料八分裤
也很有人气

→牛仔八分裤，
边侧的开衩具有
不俗的美腿效果。



Rue de B

适度露出肌肤，优雅中不失甜蜜
今夏风情的女人味就是这样UP!

工作服SNAP



某服装店店员 鸭志田佳子
「白色八分裤可在裤脚的
开衩处做调整，表现出
良好的美腿效果。」

「橙色露肩针织衫+白色喇叭裙，凉鞋上
的花朵装饰很别致，下半身的清浅色彩调
低上衣色彩的灼热感。」

「圆点图案的茶色荷叶边吊带衫+白色八
分裤，走路时白色凉鞋上的水钻的光芒晶
莹闪耀，营造出精致的清凉魅力。」



Fashion买手
寺脇弥寿代

fashion
报告

搭配的审美感和雅致
感也值得模仿!

服装店店员的工作服通常是
各季的最优款式，这两款在
casual风格中搭配高雅迷人的单
品，很值得初级OL参考。

因为
“线条优美”
而所向无敌！

BOSCH

穿过一次后再也不舍得放手
这就是美腿西裤的实力！

Fashion买手 原川惠美

fashion
报告

搭配的审美感和雅致
感也值得模仿！

无论高挑还是小巧的女性都能找到适合自己体形的单品，这就是白色西裤的人气秘密。其素材和款式都在不断进化中。



人气在这里已经得到了实证



《瑞丽服饰美容》
2004年4月号出
现！



模特们的
持有率也No.1！



3 街头总能看到
身穿白色
西裤的女性。



咨询电话蜂拥而至！
白色西裤
在这些点
有所不同

热销中的美腿西裤还有很多很多颜色！

加速度热销
证明
时髦势力！

白色

黑色

浅米色



↑白色西裤+绿色条纹针织衫+白色手提包+白色凉鞋，浅米色针织脚冲淡面料的硬朗，打造雅致氛围。

↑浅米色西裤+黑色无袖上衣+链式腰带+黑色手提包+黑色凉鞋，前侧采用中缝线设计，最适合出席庄重严肃的场合。

↑黑色西裤+白色短袖针织衫+橙色手提包+黑色凉鞋，对自己的身材不太自信的女性而言，带中缝线的西裤是最佳选择。

↑白色西裤+肩部饰带的黄色针织衫+白色凉鞋，与以往款式相比更具休闲感，凉爽的夏日素材是关键所在。

柠檬黄、苹果绿、酸橙绿……今年的流行色
以鲜润多彩的『水果色』
为关键词！



在2004年5月号中……
1 苹果绿色对可爱派和成熟派都很合适。
2 黄色以其活泼的视觉刺激给人留下印象。
在2004年4月号中……

Fashion买手 戸設優子



凉爽绿色是今夏最受瞩目的色调！

春初时节多以粉红色和黄色为主流，到了夏季则逐渐转变为给人以凉爽印象的苹果绿及酸橙绿，体现成熟魅力。

fashion
报告

用于上装之外的
绿色也效果不俗

↑绿色手提包+白色吊带衫+白色牛仔褲+白色凉鞋，在流行的软胶手提包中，又时尚绿色。

绿色手提包

绿色裙子

↑绿色花朵图案短裙+白色吊带衫+白色凉鞋，清爽美好。

晶莹闪耀的
多彩字母图案
鸣奏POP流行曲

新色“酸橙绿”给休闲装带来了奇妙的清凉感！

简单大方的针织抹胸拥有良好的肌肤触感

性感的背部打造“背影美人”

↑针织抹胸，舒适的穿着感也是其魅力所在。

↑七分袖针织衫，蝴蝶结极具存在感。

袖口处的饰带&蝴蝶结增添了甜美感

↑无袖针织衫，后背的裸露最性感。

↑针织吊带衫，金属亮片的晶莹光泽高贵而典雅。

↑字母图案T恤衫，色彩漂亮的字母图案惹人喜爱。

↑左：绿色圆领背心+有闪亮感的牛仔褲（右）：绿色吊颈针织衫+白色高脚褲。绿色背心是可爱派女生的宠儿，针织衫是成熟派的首选。

今季的流行色调是以柠檬般新鲜的黄色为首的水果色，春天的绿色也减少了甜美感，以凉爽酸橙绿重装上阵！

热爱POP的
可爱派
女生
最爱这款！

温柔感性的
质地让
成熟派
爱不释手！

因为
“色彩漂亮”
而畅销！

透明金属亮片镶边清爽宜人！

QUEENS
COURT



人气旺盛的荷叶边吊带衫改良了!

新登场的桃红色荷叶边吊带衫采用大花朵图案，更加向夏日气息迈进。在雪纺绸素材中混入金银丝线，这是进化关键点。

因为
“版本升级”而
迅速获得宠爱!

Apuwerser riche

时尚触角敏感的女孩当然要选择最夏天的烂漫单品!

这是以前的版本……



新的设计要点
把热销记录
继续下去!

→ 花朵图案的荷叶边吊带衫+牛仔裤+带心形吊坠的项链，青春逼人的美从来不需要装腔作势。



在这些地方进行了改良!



1 醒目的大花朵图案!
关键是采用较大的花朵图案，避免过分的甜美幼稚。



2 金银丝线晶莹闪耀
金银丝线织的点纹给蓬松轻软的雪纺绸带来了淡淡的性感美。

增木彰子推荐3种最佳搭配!

你裙+白色手提包+银色凉鞋，在迷你裙中，白色是最佳选择!



1 一朵图案的吊带衫+牛仔褲+白色手提包+白色凉鞋，闪亮的牛仔褲将上装的甜美感进行到底。



2 一朵图案的吊带衫+白色卷边牛仔褲+藤质手提包，搭配自然素材的小物品，尽情享受休假好心情。



3



✓嵌金银丝线的
茶色抽褶针织
衫+米白色
长裤，领口的
垂皱衬托出
女人锁骨，遮掩
不住女人味。

因为
“可自在搭配”
而畅销！

COUP DE CHANCE

注重舒适感的
金银丝线针织衫，
将休闲风格变化为
奢华富丽

Fashion买手 菅井絵里奈



搭配短外套&牛仔
裤，美丽不可方物！

采用柔软的精纺缩绒呢，披
件剪裁讲究、腰身合体的短外套，
将闪闪发亮的针织衫隐藏在里
面，反而更显奢华富丽。

抽褶针织衫



领口的
特别设计让流行
不出预料

↑嵌金银丝线的橙色
针织衫+带细链子的
白裙子，金银丝线使
橙色显得稳重，白色
下装加入是时间必需。



略粗的视觉感
是适合干练OL
的最佳单品！

↑嵌金银丝线的金色半袖
针织衫，今年建议与露肩
露背针织衫套着穿！

粗棱纹针织衫



➢嵌金银丝线的金色
无袖针织衫+白色紧
身裤+彩色图案手提
包，金色网状编织腰
带对腰线加以标记，
这是其典雅魅力的秘
诀所在。

细棱纹针织衫



细致的纹路
是强调女人味
道的榜样！

作为通勤装穿着在OL之间颇具人气



公司职员 井田朱音
V字领的款式有瘦身的效
果，上班和平时都能穿，使用
率很高。

公司职员 驹田景子
针织的质地很舒服，伸缩
性非常好，还有我喜欢的竖纹
理。

3类金银丝线

大粒
金丝线
大粒
银丝线
小粒
金丝线



公司职员 渡边水木
上班时多选择黑色和白色，
这次选的是棕色，还织入了金
色细线，看起来很别致。



↑嵌金银丝线的
黑色短袖针织
衫+浅米色牛仔
裤+黑色手提包，
仿佛被水淋湿般
光润可爱的黑
色丝线针织衫新
颖别致。

NATURAL BEAUTY BASIC

不过分张扬的高雅基调的通勤款式层出不穷!

因为简洁大方
而被OL
大力追捧!

基本色彩
&基本款式
带来热销

流行得
已经
不需要
再说明了!

流行色
处理在
简单样式中
备受瞩目

“试穿→
购买”
率为No.1!

↑白色长裤+黑色无袖针织衫+黄色手提包+白色凉鞋，不会走光的白色面料是如此知性和睿智。

←卷边牛仔裤+粉红色针织衫+粉色手提包+粉红色带凉鞋，穿腻了正装偶尔也可以切换一下casual的味道。

→黑色八分裤+浅米色半袖针织衫+黑色凉鞋，要想塑造干练爽利的OL形象，这款搭配的力量不能忽视。

→白色紧身裙+水蓝色无袖针织衫+搭在肩部的开襟针织衫+白色手提包+白色凉鞋，简洁中时尚度没有丝毫损失。

白色直筒裤

highest细节



→每种颜色都可任意搭配的款式。

可成套购买的五种颜色

卷边牛仔裤

highest细节



→剪裁精致，臀部兜袋线条圆润，令人羡慕!

黑色八分裤

highest细节



→将裤长缩短，裤脚处的微小开衩有休闲味道。

白色齐膝裙

highest细节



→后侧采用开衩设计，迈步行走方便。

上装的精彩之处也值得评价

无袖针织衫



→粉色无袖针织衫，可单穿也可套穿。

七分袖针织衫



→水蓝色的肩部抽褶针织衫线条优美。

短袖V字领针织衫



→白色短袖针织衫，领口设计完美。

两件套针织衫



→开襟针织衫+无袖针织衫，淡雅大方。



Fashion买手
中馬千繪

fashion
報告

注重形态美和素材，
款式很基础!

注重素材的同时也考虑到款式要基础性，优美的曲线是选择的要素，每种款式拥有一条已经成为OL的常识。



精致甜蜜的
前胸设计
是流行的
最佳支撑!

在《瑞丽服饰美容》
2004年6月号中

彩友美穿着
这样的抽褶
针织衫!

彩友美所穿的也
是胸前设计精美的抽
褶针织衫, 搭配米白
色短裙, 被列入人气
搭配法的前列。



→黄色和粉色抽褶针
织衫, 胸部构思文雅
别致, 与晶莹闪耀的
串珠共同营造出优雅
迷人的氛围。



Fashion买手
羽田玲子

可以尝试和各式流
行裙装进行任意搭配!

这款算得上盛夏上装的代表
作品了, 柔和婉约的色调, 晶莹
闪耀的串珠刺绣, 女人味十足,
而且搭配度非常高。

被瑞丽关注
自然畅销!

Private Label

在任何场合下都能成为女主角,
甜蜜设计受到狂热支持!

1 白色七分裤

白色下装
能够使漂亮颜
色的可爱感愈
加突出。
→锯齿状的剪
接线衬托出苗
条修长的腿部。



作为最佳
拍档的下装
这几款最畅销

2 雪纺绸短裙

单色调裙
子的高雅衬托
出上装的甜美
可爱。



3 牛仔迷你裙

曲线贴身
合体, 前侧拉
链可自由调节。



→拉链开衩实
现了文雅与甜
美的适度调和。

→黑色增加
沉稳度, 白色
表达淡雅。



热卖的NEXT夏季
小物品是什么?

1 带饰钉的圆形腰带

圆嘟嘟的
形状非常可
爱, 水钻饰钉
在阳光的照射
下熠熠生辉。



→黄色和白色圆形腰带,
高雅的色彩可以用来搭
配任意下装。

2 带水钻字母的大手提袋

今夏小物品的重
点仍然是晶莹闪耀的
光泽感!

→大手提袋, 水
钻的字母图案显
得与众不同。



3 字母图案的心形项链

可爱的心形链坠
上叠印着商标字母,
不会显得过于甜美!

→心形链坠中排满品
牌的标志字母, 相当
时尚。



在《瑞丽服饰美容》
2004年6月号中

彩友美
穿着粉红色
方格纹的凉鞋!

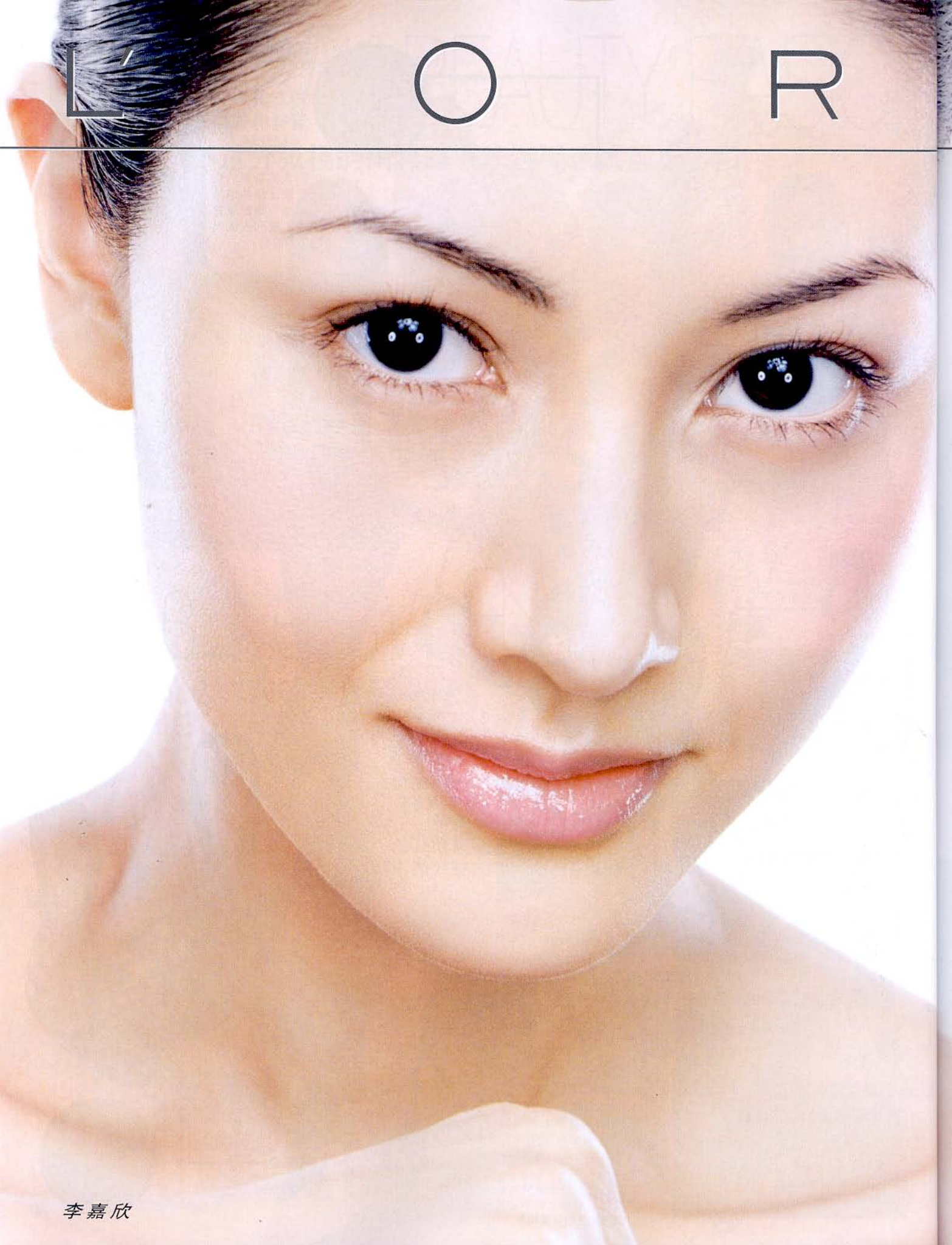


方格图案的凉鞋非常
别致, 脚背上的蝴蝶结让
脚部靓丽, 在简单搭配中
体现出今年的潮流特色。

→粉红色、黑色方格纹高跟
凉鞋, 鞋跟上也不忘采用充
满趣味性的可爱构思。

细节如此完美
当然畅销!

L O R



É

A

L PARIS

DERMO-EXPERTISE

强力阻绝紫外线, 肌肤清爽无负担



UV PERFECT

多重防晒隔离露 SPF30+ / PA+++

1 抗紫外线技术的重大突破 首次在日常护肤品中采用超强双效组合:

- Mexoryl SX+XL 高效紫外线过滤膜抵御紫外线UVA和UVB的侵害, 预防肌肤变黑。
- Activa-cell 肌肤活力素促进肌肤天然修复过程。

2 超凡愉悦感受

超轻柔质地能被肌肤迅速吸收, 同时多重防晒隔离露在你的肌肤上形成一道无形的屏障, 令肌肤柔滑, 清透, 不泛油光。

巴黎欧莱雅 专业肌肤保养
从科研到美
你值得拥有

L'ORÉAL
PARIS

香里奈的缤纷夏日

KARINAVI

与缤纷色彩玩一场游戏

决定用色彩完成夏日扮靓计划，
因此我尽情挑选了
自己最近特别喜欢的
四大色彩进行服装搭配，
设计了丰富多彩的组合方案。
不同颜色所彰显的气质不尽相同，
只要穿上自己钟爱的颜色，
心情就瞬间变得晴朗起来！

摄影/宫坂浩见（模特部分） 瀧源
徹（静物部分） 造型/山口真裕美
发型&化妆/渡边真由美（GON）
模特/香里奈

←大胆的露背款式为
经典的蓝色格纹注入
新的活力，配合纯白
裙子与藤编手袋，
打造纯真夏日形象。

运用亮色魔法实现
夏日美女的
美丽心愿！

香里奈的夏装心得☆ 惹火夏日色彩秀

1



2



灰蓝色牛仔裤 与亮丽蓝松石 手链辉映成趣

·白色无袖上衣搭
配磨砂牛仔褲，藍
松石手链于沉静中
蕴含华丽，清爽如
清晨的空气。

1 波希米亚元素被
浓缩为一点，闪
烁在我的指尖与
颈项间。

2 松石蓝色加大款
拎包，其强烈的
视觉冲击力吸引
了众多目光。

3 将别人的目光吸
引到我的足部，
鞋后跟的设计别
具匠心。

简洁分明的休闲服装
与俏皮饰物带来美妙心情



3

4 亮蓝色格纹短裙，
乖巧的格纹可以
让我回到纯真的
学生时代。

5 令人意想不到的
配色为经典款式
注入新生命。



4



5

关于香里奈的Q&A

“香里奈近况”篇

Q 昨天在做什么？

A 忙着参加电影宣传片的记者招待会。

Q 是做《必要深呼吸》的宣传吗？

A 是啊！既可以与其他演员见面，还
品尝到美味的冲绳料理呢！

Q 你的演员生涯就要开始了！

A 过奖啦！不过说出来真的很不好意思，其实我不太擅长参加记者会之类的活动。

Q 怕有人问些难以回答的问题？

A 只说跟电影有关的话题完全没有问题，但被问道：“你的优点是什么？”“你最吸引人的地方是什么？”这类的问题，总觉得很难回答。

Q 那你最后是怎么回答的呢？

A 优点是“无论何事都努力做到最后永不放弃”；至于最吸引人的地方，这应该是别人的看法吧！我自己也不好说……（笑）。

Q 记者招待会上有哪些令你印象深刻的事？

A 前些日子我穿着比较随便的衣服去参加时尚杂志的记者招待会，被人说“不像Ray模特的风格”（笑）。

Q 最近买什么新衣服了吗？

A 今年的主题是可爱的淑女风格，所以我买了一条牛仔迷你短裙。

Q 夏天到了，你准备买些什么？

A BURBERRY的新款格纹短裙特别可爱，很想买一条。

Q 最近有让你感到幸福的事吗？

A 经常会有。如“明天是休息日，可以睡懒觉”、“这个料理很好吃”……

Q 你们姐妹三人在东京是在一起生活吗？

A 是的，我爸爸因为工作的关系远在美国，妈妈和奶奶住在名古屋。

Q 你平时和姐姐们出去玩吗？

A 如果正好大家都有空就会一起出去。

Q 在夏天你会做哪些体育锻炼？

A 我想尽情去做一些激烈的运动，享受那种畅快淋漓的感觉。

Q 见你回到家，你的爱犬momiji会非常兴奋是吗？

A 是啊，一看见它就特别高兴，我家的momiji超可爱！

一手提包透明的塑料材质，
让夏天变得通透清爽，彩色
圆点与蓝色上衣呼应，令简
洁的搭配活跃起来。

No.1! 今夏超人气色彩之一 [亮丽松石蓝]

我平时就经常佩戴松石蓝饰品。
今季，发现它就是时下最in色彩！
松石蓝的最佳搭档应属白色和牛仔系列，
最适合崇尚自然、喜爱简约的美女们。

优雅的樱桃粉连衣裙
体现女孩的温婉之美



←雪纺裙质地轻盈，
契合身体曲线。珍珠
项链搭配藤编手提包，
诉说如诗心语。

白与粉交织的和谐舞曲
樱桃冰淇淋般的甜蜜组合



→耀眼得几乎让人目
眩的樱桃粉格纹裤，
建议搭配简洁纯净的
白衬衫。

淑女们的专利，让人一见钟情的——[樱桃粉]

每次穿粉色服饰都会感到很开心，也许这就叫“淑女们的专利”吧！
今季，不妨暂别羞涩的少女时代，大胆尝试一下略显成熟的樱桃粉！

！渐变的粉
色镜片，期
待一场桃色
美丽邂逅。

↑鲜艳的透
明手链，如
夏日阳光般
在腕上叮当
作响。

↓鲜艳的串珠为简
单的吊带背心注入
时尚元素。

→无论晴天或
是雨天，都因
为它的存在而
备感幸福。

↓带金色小
球的蝴蝶结
会跟随脚步
节奏摇摆。

↓褶皱，荷叶边，深V
领，精致在细节中流露。

→糖果般的
表盘，时间
在举手投足
间变得从容。

→优质的皮革
手感极佳，展
现名家风范。

→帆布与樱桃
粉麂皮的组
合，甜美而不
失个性。

↓樱桃粉凉
鞋上细带纵
横交错，穿
就快乐心情。

如果你……？ 篇

Q 如果你怀疑男朋友有外遇，会怎么办？

A 其实更多时候可能只是误会，没有必要也不会无端猜疑。

Q 但假如你还是觉得不放心呢？

A 我可能会从他身边的一些小事开始了解。如果确定他很“奇怪”，就直接去问他本人。

Q 如要转世为人类以外的生物，你想变成什么？

A 我想变成鸟，朋友常说我像鸟（笑）！

Q 如果你没做模特，会做什么？

A 也许是名古屋的一名普通大学生（笑）。

Q 让你开始接触一项新事物，你会怎么选择？

A 我会学习一些知识，广交朋友。近期我已经准备去考驾照了。

Q 如果有机会去采访一个名人，你想采访谁？

A 我要采访安室奈美惠！但是我想我见到她一定什么都说不出来了……

Q 如果你和爱人年龄相差太远，会如何？

A 如果他是一个拥有成人的思想，但同时具有少年心灵的人，即使比我大也没关系。

Q 如果你捡到100日元会怎么办？

A 1000日元以内的话，我可能会据为己有（笑）。1万日元以上就会老老实实地交给警察或执勤人员。1千万的话我也会上交！

Q 如果让你用100日元买一样东西，会买什么？

冰淇淋。

Q 如果用1000日元买的话呢？

A 买午饭，茶水和杂志。

Q 1万日元的话呢？

A 衣服。我会去价廉物美的外贸商店，看看这些钱能买到多少好东西！

Q 10万日元的话呢？

A 去买彩票，抽奖……总之，用这些钱作为资本，瞄准机会赚大钱（笑）。但是要预留2万日元作为自己的生活费，我在这方面还是很现实的。

Q 100万日元的话呢？

A 先把50万日元存起来。剩下一半用来买衣服、品尝美食等。

Q 1000万日元的话呢？

A 想买一辆车，把内置装备都弄成最好的。

Q 如果是1亿日元的话呢？

A 为父母买栋新房。要是剩下钱，再给自己买间公寓。

Q 如果可以改变自己的某个方面，你会改变哪方面？

我希望自己更具有判断力。

Q 你想变成维多利亚还是希尔顿姐妹中的一个？

我想变成维多利亚·贝克汉姆。

Q 和自己喜欢的人结婚和继续工作，这二者你将如何选择？

嗯……最终的选择很可能是放弃工作。

白色抽褶长裙 与紫色网纹包的 甜蜜之旅

→白色是永不落伍的流行色，代表精致与纯洁。用精巧可爱的小饰物为整体服饰增添光彩，是“香里奈搭配法则”的重要一项哦！

Sunshine YELLOW

拥有青春故我的自由心情！放飞自我的最佳选择——[骄阳黄]

黄色具有神奇的力量，一穿上它，心情就会不知不觉地好起来。正因为它属于充满活力的色彩，才需要我们拥有和它一样的轻松和随意感觉！如骄阳般耀眼夺目，鲜艳灿烂的骄阳黄，绝对适合在假日穿着。

关于香里奈的Q&A

“未来的构想”篇

Q 你希望几岁结婚呢？

A 现在的目标是26、27岁左右吧。不过自己觉得不太可能（笑）。

Q 在你的理想中，什么样的未来最幸福？

A 在23岁遇到想跟我结婚的人，25、26岁的时候他向我求婚，27岁时就结婚。

Q 你的结婚典礼会是什么样的？

A 双方的亲朋好友欢聚在一起，举行一个并不十分盛大的西式教堂婚礼。

Q 工作方面呢？

A 现在还在努力学习演戏。已经出演了3部电影，觉得这项工作真的很有意思。所以，今后还想尝试各种角色的演出。

Q 结婚之后也继续工作吗？

A 可能以结婚为契机，暂时停顿一下。然后，如果可以的话想在名古屋或大阪享受几年新婚生活。

Q 最理想是工作和家庭兼顾吧？

A 我的理想状态是工作家庭两不误的（笑）。可以的话，希望能有自己的个人空间，也能有现在这样的工作……但是终究没有两全其美的事情，梦想终究是梦想（笑）。

Q 你觉得为了实现理想，最重要的是什么？

A “不保持一成不变的状态”。这话是同为Ray模特的小静学姐（秋山静香）说的。我现在认为应该每天学习一点对将来有用的东西，哪怕只有一点点也是好的。专心听取他人的意见也同样重要，然后就是朝着目标不懈努力！

沐浴耀眼的阳光
一直寻求的终极
时尚美丽乐园
就在眼前

← 双层叠穿法使原本普通的吊带背心立即变得与众不同。搭配剪裁适体的白色短裙，轻松打造阳光女孩形象！



**稳重成熟的搭配
因加入黄色手提包
变得明丽起来**

→只需一件小饰物就能提升整体平衡感和品位，这可是自由转换成熟与甜美的秘诀！



**黄色针织外套×
抹胸连衣裙的组合
绝对心动百分百**

→艳丽的黄色与白色的结合，有一种让人过目不忘的美感，可爱的迷你草编小包起到点睛作用。



明丽的色彩组合适于假日出游选择
→精致的蕾丝花边像阳光下绽放的簇簇小花，使整套装束甜美度急速上升，充满生命力。



成熟感白色牛仔连衣裙是本季焦点
→设计独特的草编包，无后帮凉鞋与抹胸的颜色遥相呼应，醒目的“O”腰带增添利落之美。



成熟与休闲的完美结合，值得挑战！
→几何印花图案，线与面的穿插动感十足，配以卡其色休闲短裙，是活力与性感结合的典范。



↑ 莱茵石吊坠项链，源自贵族风格的设计令人爱不释手。



↑ 胸前的皱褶和大大的蝴蝶结，只能用“可爱”二字来形容！



↑ 采用充满未来感的珠光材质，圆柱形设计完美前卫。



↑ 绿色无后帮凉鞋，在极致简约中凸显迷人的韵味。

关于今夏小饰品的选择
我更欣赏强调优雅的感觉



大受关注的
花朵图案
靠裙装得以展现

→ 绿色印花图案雪纺
中裙搭配松石绿抹
胸，毫不喧闹。



一修长流畅的串珠吊坠，与透明的
纱质上衣最为相配，精致淑女的魅
力在夏日一览无余。

即将风靡时尚界！松石的另一种表情 ——[松石绿]

Turquoise
GREEN

冲绳大海的松石绿，
让人产生无限遐想。
不同于松石蓝的纯净清新，
松石绿更有丰富的内涵孕育其中，
拥有让人琢磨不透的不可思议的力量。
它能使你具有成熟性感的魅力，
更让你觉得自己就是海的女儿！



↑ 黄绿相间的圆点图案就像梦
想的泡泡一样绚丽。



↑ 两粒大大的纽扣与镶钻的饰
带，让韵味自然流露。



↑ 莱茵石吊坠耳环，完美的切
割工艺，美丽得无与伦比。

初次
大公开！由香里奈出演的3部电影

《必要深呼吸》影片讲述了一个发生在某年夏天，7个年轻人来到冲绳小岛上割甘蔗打工的故事。

《海猿》与伊藤英明先生、加藤爱小姐共同合作的宝贵作品。故事以最佳节奏顺利展开，非常值得一看。

《天国书店》扮演天国书店里的店员小姐，外景在北海道拍摄，我认为这是一部能让人感动得流泪的作品。

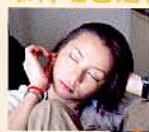
主演作品《必要深呼吸》
的电影首映式！



① 在冲绳那霸市的电影院。
② 和曾经同吃同住了一个多月的其他演员重逢。



这个月的瑞丽模特专题摄影
取材地也是在冲绳



③ 早上起不来……好困啊！
④ 有没有鱼呢？水很清澈呢！⑤ 为了防晒伤，遮阳伞是必备物品。



我回来啦！
in 冲绳
工作剪辑

烈日也水润!

夏天来了,炎炎烈日下,我的心情还是一样好!
因为我有全新妮维雅®防晒喷雾SPF 20,轻轻一喷,
给我水水润润的防晒保护!



广告编号(2001)第1215号

全新妮维雅®防晒喷雾SPF 20

- SPF 20防水配方, 高效隔离UVA、UVB, 抵御肌肤受损老化, 防止肌肤晒黑
- 清爽保湿成份, 肌肤不油腻
- 丰富维生素E, 及时修护晒后肌肤
- 创新的喷雾装置, 喷涂均匀, 吸收快
- 轻巧便携, 随时获得完美防晒效果

比起眺望未来， 我更珍惜现在的努力

每个人都有远大的目标，但与其漫无目的地想像，还不如现在就踏踏实实干好自己手里的事情。坚持下去，某天定能达到你所向往的彼岸！

我是游戏迷(笑)

闲暇的时候自然不必说，每天睡觉前玩1~2个小时游戏是我的日常功课。它对于缓解工作压力、转换心情很有作用哦(笑)！

安室奈美惠 我特别喜欢！

从很早以前开始，我就是她的fans！甚至上小学的时候就跟姐姐一起去看她的个人演唱会。安室是我心目中永远的偶像(笑)。

易被另类男性 吸引的双鱼座

听说双鱼座的人经常会喜欢上周围人评价并不高的人……嗯，这好像挺像我的(笑)。

松石绿的光彩闲适优雅 给人以特别清新的感觉

→上衣独特的缠绕设计凸显曼妙身姿，白色的七分裤是今夏必备的万能单品，可随心所欲地与任何上装进行搭配。

温柔又坚强的人

这是我为自己设立的理想，觉得现在的自己有些优柔寡断，容易产生迷惑，甚至有时还很脆弱。所以非常希望成为内心坚强的人。

我喜欢不懈努力的人！

我希望自己能永远不满足于现状，不断向前。我是十分敏感且忧郁的人，而为克服这一点我将付出努力。我可不愿意说“反正都这样了”之类的泄气话。

糯米豆沙包 让我百吃不厌

我特别喜欢日式点心，最爱吃的就是糯米豆沙包。不用担心会长胖，所以可能的话我想每天都能吃到。

我是名古屋女孩！

名古屋女孩最大的特点就是留卷发，卷得很夸张的那种。我从初中时就一直是以那样的发型。现在虽然经常会变换各种新发型，但一旦回到名古屋生活，说不定还会回归以前的“名古屋卷发小姐”形象呢。

矿泉水

这是我的必备之物。自从来到东京以后，我的皮肤开始出现危机，所以现在特别重视水分的摄取和水源的质量。

略微的现实主义

即使我从小就特别喜欢芭蕾，并正式地学习过，但是“我长大后想成为芭蕾舞演员”这样的想法却从未有过……因为我知道靠自己的天赋，那是不可能实现的梦想。也许我的思维方式遵循这样的原则，所以属于那种比较现实主义的女孩。

定居之所 名古屋

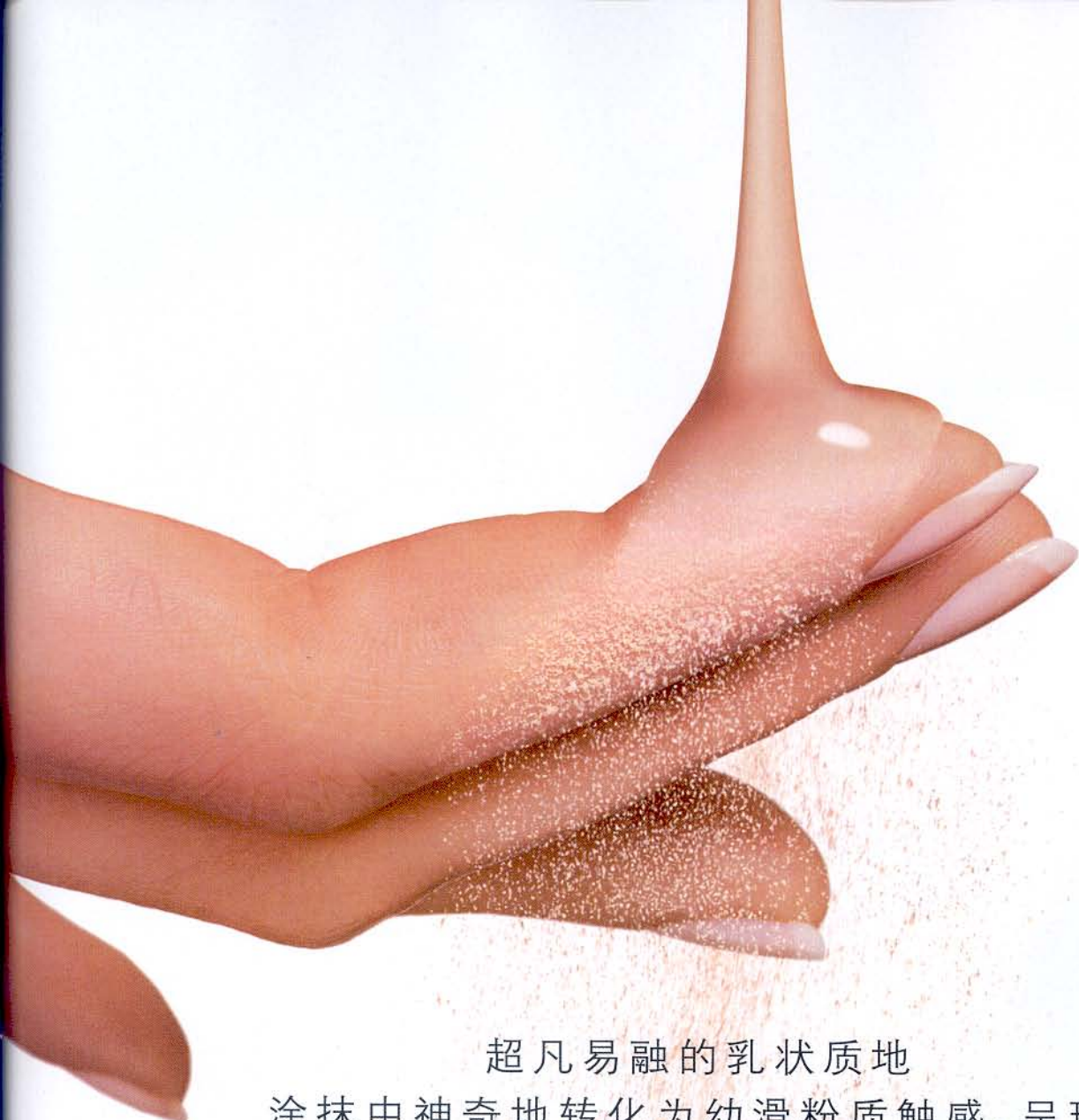
那是我的家乡，有好多好朋友，食物也合自己口味……长期定居的话还是名古屋最好。如果没有现在的工作，真想马上飞回家去啊(笑)。

让我们从朋友做起

我不相信一见钟情。如果不先通过朋友的关系深入了解彼此，我绝对不会喜欢上他。只要我觉得“那个人不错”，就会积极地开始进一步观察(笑)。

我的爱犬

爱犬momiji是我现在最重要的宝贝。如果没有它我的生活就会黯然失色。如果你现在问我“在它和你喜欢的人中选一个”，我或许会毫不犹豫地回答：我要momiji！



超凡易融的乳状质地
涂抹中神奇地转化为幼滑粉质触感，呈现：
天鹅绒般完美肤质！

L'ORÉAL
PARIS



L' O R

“我的肌肤魔幻般
丝柔幼滑，宛如轻柔天鹅绒。”

Natalie Imbruglia使用的是轻绒液体粉饼16号自然色

É

A

L
PARIS

化妆品的革命性突破：

瞬间成就 均匀无瑕肤色及幼滑粉质触感

天鹅绒般完美妆效持久一整天

全新 巴黎欧莱雅

SHEER
CASHMERE

轻 绒 液 体 粉 饼

12H

你值得拥有



售价：¥119

www.lorealparis.com

L'ORÉAL
PARIS

盛夏中的菱形
格单品风头最劲，
所向披靡

一粉、黄、黑三色菱形格连衣裙+艳粉色六角休闲帽+粉红色过膝长袜+红色漆面平底鞋，浓浓淡淡的粉色、黑色、明黄色菱形格连衣裙上配以Dior品牌Logo，十分俏皮玩媚，护腕和帽子等饰物也精心搭配，活泼烂漫的女孩形象呼之欲出。

Christian Dior
New Arrivals

享受盛夏的美丽果实

享受色彩和

心灵的绚丽之旅

我要击中所有的幸福目标！

感受 Dior 都市的对岸

Dior再次推出崭新力作，将GOLF趣味发挥得淋漓尽致。式样经典简约，配色却是五彩缤纷，绚丽夺目。快把这些充满情趣的装束和小饰物占为己有，感受紧张都市生活对岸的自然活力，用漂亮的一杆，击中所有的幸福目标！

摄影/设乐茂男 造型/中村利惠 发型&化妆/松本直子 模特/葛冈碧

怎么？用力过猛？不要紧，夏天就是要活力充沛嘛！



Dior

Golfer in
midsummer

即使是休闲装也要甜蜜到底!

普通得不能再
普通的单品可以变
得不同凡响

— 粉色马球衫+白色V领
编织背心+明黄色过膝长
袜+红色漆面平底鞋。娇
嫩的粉红色令盛夏中的女
孩更加妩媚动人，编织背
心上的绒球细看竟是Dior
的Logo，真是不可思议。

Dior

Golfer in
midsummer

不要以为到了假期就可以放松！魅力需要随时保持！

运动也要艳丽
无比，打造细节之
美是我的目标！

一粉红色七分袖马球衫+
黑、粉红、黄三色菱形格
迷你裙+同花色领带+同
花色小包+浅粉色过膝长
袜。菱形格迷你裙与菱形
格小饰物的搭配十分大
胆，你也可以试试看，试
试逃出都市生活，自由深
呼吸。

谁说我只能做office里的淑女范本?

盛夏中的白色
连衣裙将女孩的可爱度成3倍提升

—白色无袖连衣裙+浅米色过膝长袜+白色漆面平底鞋。别致的品牌标志，突发奇想的高尔夫球耳坠，每个细节都精心设计，就像我完成的每个策划案，因无可挑剔赢得掌声。



水彩花卉连衣裙

→自然氤开的水样花朵绽放在全身，轻柔飘逸的纱质面料将塔裙款式演绎得完美无缺。连衣裙/LIU·JO 2200元，彩色项链/安之秀 24元，银色项链/伊泰莲娜 639元，戒指/安之秀 35元，鞋/PAECIS 790元。



*胸部绿色裹边细节十分精致。



*超薄的纱质面料才能达到这种色彩效果。



*没有成形的图案，有的只是意会的花朵。



*白色高跟鞋上的蝴蝶结与裙子呼应。

水样花纹带来夏季凉爽气息

Ray女孩花裙子

阳光日益浓烈，在上一月要“裤”起来的Ray女孩，该换上裙装show—show清凉。春季的粉彩色已

执行&文/中中 摄影/周涛工作室 化妆/南将 (吉米造型) 模特/小黑 (瑞丽专属) 班嘉佳 服装助理/康璐 发型协助/发都造型 服装提供/LIU·JO, Etam, ev, azona a02, COZZI, Farina, 日坛商务楼1016室, 艾美, 范怡文, 尤金, 伯奴提斯, 威高 配饰提供/星期六, 热风, PAECIS, Kiss Cat, HARSON, SOLEN THECITY, 君太百货, LCX时尚时代百货 背景布艺提供/唐家伴 (北京建材经贸市场)

碎花图案半截裙

←蓝白主调的碎花裙子活泼青春，搭配褶皱小吊带背心，更是靓丽出彩。吊带衫/Missk 280元，裙子/Etam 199元，项链/TOKIOMESSAGE 170元，手链/伊泰莲娜 159元，脚链/伊泰莲娜 69元，鞋/热风 255元。



*蓝色绸带腰部装饰，十分精致。



*淡蓝色吊带衫与裙子呼应。

*明快蓝色碎花聚焦时尚流行点



*百褶裙下摆让你即使静止也很漂亮。



*淡绿色圆点鞋是今夏时尚新品。

花年华夏日特辑

过时了，在这样的季节就用花裙子来展示我们的花年华。就和《瑞丽》一起来学习如何选择和搭配吧。

Missk, TOKIOMESSAGE, JOYLAND, KOOKAI, MORGAN, ESPRIT, ELLE, MK KLEIN*, a.v.v., R-Geny, E-MAIL, NAFNAF, EPISODE, ofuon, SISLEY, K-S-BERE, ONLY, DiSNEP, PLAYBOY, every one, TB2, 欧时力, 卡迪娜, 安之秀, 伊泰莲娜, 海佛兰, 香水鸣谢/雅诗兰黛, 兰蔻, 碧欧泉, DUENDE 特别鸣谢/太平洋百货, 北京

4类花色裙装

面对琳琅满目的花色图案，如何挑选才能让自己跟上时尚呢？

花卉图案变形夸张艺术



↑ 上衣采用裙子图案中一块面积最小的颜色，既有对比又相互呼应。吊带衫/ev 199元，半截裙/JOYLAND 249元，鞋/星期六 449元。

线形花朵图案洋溢甜美气质



热带花卉 VS 热带风情

夸张的造型，厚实的花瓣，大片的叶子，让你感受浓郁热情的热带风光。

Tips

热带花卉图案一般来说比较醒目和张扬，但并不适合XS号女生穿着。

蓝色上衣为整套服装定下基调



↑ 清爽感觉的蓝色吊带衫为热情似火的半截裙降温。吊带衫/日坛商务楼 160元，半截裙/MORGAN 930元，鞋/星期六 449元。

不对称下摆为普通的吊带款增加特色



↑ 丝缎质感冰凉光滑，让你的肌肤备感体贴。加上斜裁手法，完美修饰身材动人曲线。连衣裙/ESPRIT 595元，鞋/PAECIS 468元。

有如红色花瓣被人不小心撒在了裙子上



↑ 诱人的红色花瓣围绕着你，让你一整天都感受到甜美气息。连衣裙/日坛商务楼1016室 300元，鞋/SOLEN THECITY 315元。

粉红色主持甜美风范



↑ 红色套脖上装十分精致，搭配花朵图案大摆裙，有如公主般的优雅气质。上衣/R-Geny 260元，半截裙/E-MAIL 240元，鞋/HARSON 428元。

水彩印花 VS 浪漫风情

有如水彩画般的效果，利用颜色的渲染来营造鲜花烂漫的气氛，十分浪漫。

Tips

如果喜欢十分喜欢水彩效果明显的服装，最好选择薄纱面料，水彩渲染的效果最为漂亮。

远看是花朵，近看似水滴的连衣裙



↑ 红、黄、蓝三原色制造出的水彩效果中，带几分含蓄。连衣裙/日坛商务楼1016室 220元，项链/伊泰莲娜 639元，鞋/every one 636元。

利用色彩对比展现甜美气质



↑ 藤编提包为整套服装增添夏日气息。上衣/ELLE 230元，半截裙/MK KLEIN+ 460元，包/a.v.v 160元，鞋/SOLEN THECITY 424元。

4种风情

今夏主推以下4种风情的花色裙装。

烂漫碎花 VS 素雅风情

没有秩序的小碎花排列图案，朴素而亲切，适合内向而淑女的你。

Tips

不要选择前两年特别素淡的碎花图案，别人会以为你把睡衣穿出来了呢。

可爱和性感两种对立风格集于一身

淡黄色彻底展现女孩甜趣味

↑可爱风格的浅绿色小碎花和性感气质的大V领组合，让你轻松赢得出众气质。连衣裙/MORGAN 980元，包/DISNEP 278元，鞋/热风 255元。

条纹面料上缀了花，更有邻家女孩的亲切感

↑上衣的珠饰和荷叶边袖口，与下身的深色花朵图案半截裙达到平衡。T恤/TOKIOMESSAGE 420元，半截裙/艾美 1580元，项链/海佛 1180元，手链/安之秀 81元，鞋/热风 230元。

↑裙子胸部和腰部都可以利用抽带来自由调节围度的宽窄，更具趣味性。连衣裙/azona a02 470元，鞋/SOLEN THECITY 475元。

蓝色纱质上衣为碎花半截裙增加华美感

↑裙子的紫色和蓝色纱质上衣内的紫色条纹吊带衫相呼应。上衣/ETAM 199元，裙子/ETAM 179元，鞋/Kiss Cat 498元。

黑白玫瑰花图案半截裙穿出可爱造型

利用红色中和黑白两色的对比

Tips

黑白花裙子如果搭配得不恰当就易显老气，因此一定要注意搭配粉彩色的服装或配饰。

黑白花卉 VS 知性风情

黑白两色是时尚舞台上永远的主角，即使在花卉图案中这两色的组合也是时尚之选。

粉色令黑白半截裙瞬间可爱了许多



↑粉色上衣和鞋的加入，使黑白半截裙显得可爱。T恤/ONLY 149元，半截裙/K·S·BERE 468元，腰链/TOKIOMESSAGE 280元，鞋/热风 230元。



↑黑白连衣裙搭配上米色鞋和包，上班也能穿着。连衣裙/范怡文 2080元，包/DISNEP 468元，鞋/Kiss Cat 498元。

↑黑地白点的小上衣让素净的裙子表情更为丰富。上紧下松的造型十分可爱。吊带衫/SISLEY 465元，半截裙/EPISODE 980元，鞋/热风 230元。

↑运动风格的吊带连衣裙，搭配白色鞋包，也淑女了几分。连衣裙/ESPRIT 395元，包/DISNEP 278元，项链/伊泰莲娜 179元，鞋/Kiss Cat 598元。

4大上装巧妙

花色图案的裙子其实最不易搭配，一不小心就会显得乱

热带花卉 + 黑色

热带花卉图案有着鲜艳的色彩，夸张而张扬的造型，注目度百分百，所以搭配黑色上装能让裙子成为完全主角，让整体造型显得整洁利落。

宽大的领，让你成为性感尤物

具光泽感的黑色上装是搭配首选

黑色抹胸让大摆裙显得更为性感

明快黄色打造第一眼美女

黄绿色T恤为可爱裙装增添运动感

蓝色唱响深浅变奏曲

↑ 丝缎面料的花朵图案半截裙，搭配同样垂感面料的上衣，质感的统一也是搭配之一。T恤/OFUON 290元，半截裙/日坛商务楼 280元 鞋/Kiss Cat 598元。

↗ 宽大而飞扬的裙摆加上夸张的花朵图案，让你成为夏日焦点。抹胸/NAFNAF 399元，半截裙/EPISODE 940元，手链/伊泰莲娜 389元，鞋/HARSON 328元。

↑ 红色立体花朵装饰鞋与裙子上的红色相呼应。吊带衫/ev 229元，半截裙/JOYLAND 249元，项链/安之秀 24元，鞋/SOLE THE CITY 475元。

↑ 黄色上装与雪纺裙中的黄色十分谐调，让整体搭配张弛有度。T恤/Farina.z 139元，半截裙/MORGAN 1550元，项链/伊泰莲娜 159元，戒指/安之秀 35元，鞋/every one 636元。

↑ 亮片装饰在今季备受《瑞丽》美眉们宠爱，搭配水彩图案半截裙也同样出彩。T恤/尤金 430元，半截裙/尤金 580元，项链/TOKIOMESSAGE 170元，鞋/热风 255元。

水彩印花 + 同色系

水彩印花图案往往色彩丰富，上衣则最好选择裙装色彩中的一种，这样整体感觉统一而不杂乱。

↑ 珠光光泽的包和鞋与缎面半截裙完美呼应，成就夏季清爽美人。吊带衫/欧时力 339元，半截裙/日坛商务楼1016室 200元，项链/TOKIOMESSAGE 390元，包/PLAYBOY 228元，鞋/卡迪娜 368元。

对付花色半截裙

且燥。学会以下搭配铁则让你轻松成为花裙子搭配高手。

烂漫碎花 + 白色

有着邻家小女孩般亲切感觉的碎花图案，搭配纯净的白色上装，让你有如出水芙蓉般美丽。

色彩鲜艳的碎花短裙是学生美眉的最爱

莱茵石装饰，追赶今夏闪亮风潮

黑白短裙拉长下半身比例

粉驼色为黑白花半截裙注入青春活力

柔美纱质上衣演绎纯情风情

1 白色直身短款上衣搭配碎花短裙，浓浓的乖乖女情结。上衣/艾美 1280元，短裙/KOOKAI 1690元，项链/TOKIOMESSAGE 182元，手链/伊泰莲娜 199元，鞋/PAECIS 790元。

2 不对称下摆让半截裙增加了运动感，在行走中能展现出最美丽的时刻。上衣/SISLEY 345元，半截裙/伯奴捷斯 388元，项链/海佛兰 498元，鞋/PAECIS 468元。

缎面材质给黑白半截裙增添活力

1 热带花卉图案挎包也是让你成为焦点的原因之一。抹胸/JOYLAND 59元，裙子/艾美 880元，项链/伊泰莲娜 389元，包/PLAYBOY 新品未定价，鞋/every one 新品未定价。

1 锁定黑、白、粉三色，让你轻松拥有高雅气质。吊带衫/NAFINA 199元，半截裙/TOKIOMESSAGE 650元，戒指/海佛兰 98元，包/DISEP 278元，鞋/PAECIS 468元。

黑白花卉 + 粉驼色

黑白花卉有着优雅成熟的感觉，搭配上粉驼色更有青春气息。

1 黑白色半截裙十分简洁，与带有荷叶边的缎面上衣搭配丰富半截裙表情。上衣/COZZI 390元，半截裙/E-MAIL 220元，项链/TOKIOMESSAGE 395元，心形项链/TOKIOMESSAGE 170元，鞋/SOLEN THECITY 380元。

连衣裙花女孩

不同性格的女孩对花色连衣裙有不同的喜好，看看你是

colose up

→ 裸露的后背让你更添性感。



怒放的花朵图案让你充满绝对女人味



跳跃的色彩让你成为派对主角



↑ 胸前的打褶设计让你胸部更显丰满。连衣裙/ONLY 349元，项链/TOKIOMESSAGE 220元，鞋/SOLEN THECITY 375元。

colose up

→ 肩部由前后两条带子系成蝴蝶结。



↑ 同色系的头巾和鞋的搭配为服装添彩十分。连衣裙/JOYLAND 299元，包/PLAYBOY 198元，丝巾/a.v.v 130元，鞋/卡迪娜 398元。

开朗型女孩
& 热带花卉
连衣裙



* 推荐给开朗型女孩的香水：

→ 这款香水有着热烈性感的后香，给予你感官新体验。配合热带花卉图案裙子，给人夏威夷风情。香水/雅诗兰黛。

colose up

→ 吊带处也用了丝带装饰。



轻柔质地给肌肤柔软舒适感觉



好一个乖巧的玫瑰女郎



colose up

→ 裸露出完美背部，十分漂亮。



↑ 与裙装同色的高跟鞋增加身高视觉效果。连衣裙/尤金 460元，项链/海佛兰 198元，包/PLAYBOY 208元，丝巾/a.v.v 130元，鞋/卡迪娜 368元。

→ 塔裙造型+玫瑰图案，让你紧跟时尚潮流。连衣裙/TOKIOMESSAGE 750元，项链/安之秀 78元，鞋/SOLEN THECITY 320元。

甜美型女孩
& 水彩印花
连衣裙



* 推荐给甜美型女孩的香水：

→ 甜美含蓄的温柔花香，就如你的水彩印花裙子，给人温和的甜美味道。香水/兰蔻。

8度空间

哪种花色女孩?

colose up

→ 连衣裙下摆为罗纹收口设计。



蝴蝶花卉萦绕，让你有个好心情



→ 斜裁设计，修身款式，完全展现你的苗条身段。连衣裙/日坛商务楼1016室 400元，项链/海佛三 1180元，鞋/热风 230元。

可爱型女孩
& 烂漫碎花
连衣裙



* 推荐给可爱型女孩的香水：

→ 清爽冰凉的味道，就如穿碎花裙子的邻家女孩，亲切而乖巧。香水/碧欧泉。

colose up

→ 绿色缎带装饰提升服装的品质。



H形+碎花图案，更添可爱俏皮气

↑ H形设计，可以单穿，也可以与瘦身直脚裤搭配穿着。连衣裙/LIU·JO 178元，项链/TOKIOMESSAGE 750元，项链/安之秀 78元，鞋/热风 235元。

colose up

→ 肩部的飘带设计十分独特。



黑白圆点+黑白花卉拼接演绎黑白风

↑ 高腰设计的A字形吊带连衣裙，带你回到赫本的时代。连衣裙/日坛商务楼1016室 280元，手链/伊泰丽娜 169元，项链/TOKIOMESSAGE 353元，鞋/外HANSON 428元。

知性型女孩
& 黑白花卉
连衣裙



* 推荐给知性型女孩的香水：

→ 有着神秘高贵感觉的香氛，完美展现优雅气质，给喜欢黑白两色的知性女孩。香水/DUENDE。

黑白花卉连衣裙也能表现性感一面

↑ 加入了部分红色花朵图案，让原本素雅的连衣裙也张扬了起来。连衣裙/JOYLAND 269元，项链/海佛三 498元，鞋/SOLEN THECITY 320元。

colose up

→ 胸下的蝴蝶结于细节处见精致。



Working

Shopping

Date

1条裙装穿

何不尝试用不同上装和配饰来搭配，



到公司大堂时，和同事说声早

用白色服饰来降低
连衣裙张扬感
↑白色针织衫叠穿，
让你在开空调的办公室里
美丽不感冒。针织衫/
MissK 245元，包/CARVEN
688元，鞋/热风 230元。



炎炎烈日，还是带上遮阳伞吧！

利用配饰打造
清凉感
↑去血拼还是穿得简
单点好，大大的夏日
感编织包当然是最佳
选择。包/ev.v 90元，
鞋/HARSON 398元。



几年没见的朋友要来了，真是高兴啊！

注入黑色元素，更
添神秘气质
↑黑色超短款外套适合
有点凉意的夜晚，且有
着正装感觉。针织开衫/
TOKIOMESSAGE 390元，
鞋/热风 230元。



热带花卉 连衣裙

*细细的吊
带十分纤巧。

*腰部收腰
设计描绘完
美曲线。

*短款A字
形下摆，让
你显得更加
高挑。



↑简洁的H型款式，完全靠服装的图案和颜色取胜。连衣裙/JOYLAND 269元。

Working

Shopping

Date



在上班必坐的地铁里，第三次偶遇他

迷你款小西服穿出知性魅力
↑短袖款小西服，可搭配不同
颜色的小吊带衫，轻易实现多
搭手法。吊带衫/MK KLEIN 190
元，西服夹克/欧时力 339元，
鞋/every one 636元。



全副武装，准备出门啦

粉色基调适度把握甜美风
↑明快的白粉色相间挎包，为全身的
粉色基调画龙点睛。T恤/TB2 495元，
包/PLAYBOY 198元，项链/伊泰莲娜
639元，帽子/TOKIOMESSAGE 220元，
鞋/热风 230元。

趁他还没到，赶紧补点唇彩



紫色缎面吊带衫，让
你轻松扮演性感角色
↑金色细高跟鞋为整体装扮
更添华丽感。吊带衫/ev
229元，项链/海佛兰 198元，
鞋/Kiss Cat 668元。



水彩印花 半截裙

*大朵水彩
玫瑰花图案，
十足的异域
情调。

*纱质面
料蓬松飘逸，造型
感良好。

*下摆收口，
强调内敛的
优雅造型。



↑柔纱面料，下摆用松紧
带收口，有如公主裙一般。
半截裙/ev 349元。

出多种花样

轻松打造多变形象。

碎花图案 连衣裙

一细吊带V领，下摆拼接不对称大摆设计。
连衣裙/ELLE 299元。

*斜交叉胸部设计，有如礼服造型。

*高腰设计，拉长腿部视觉高度。

*下摆斜裁成不对称造型，十分独特。

与同事约好晚上一起吃饭

系结小衬衫是今年流行款

↑这种小衬衫即使搭配吊带裙也适合。衬衫/ELLE 290元，包/PLAYBOY 新品未定价，鞋/Kiss Cat 498元。

逛了大半个商场了，真是有点累啊

白色配饰提升你的淑女味道

↑白色配饰让你更洁净。项链/TOKIOMESSAGE 180元，帽子/TOKIOMESSAGE 210元，鞋/PAEDIS 790元。

对于他的过度殷勤，我还真有点不好意思了

丝巾打造约会的隆重感

↑除了丝巾，包和鞋的统一感也不容忽视。丝巾/a.v.v 130元，包/PLAYBOY 228元，鞋/HARSON 368元。

Working Shopping Date

黑白花卉 半截裙



*多层设计的下摆，有如蓬蓬裙的感觉。

*薄纱面料，让裙子不至于太过宽大。

*纱的层叠设计让花朵图案也丰富起来。

↑有着塔裙款式设计的半截裙。半截裙/ofaun 230元。

黑白两色搭配，尽显干练知性

↑小西服前胸的缎带系带设计，十分精致。西服夹克/伯奴捷斯 450元，吊带衫/威高 299元，鞋/SOLEN THECITY 300元。

为一个技术性问题，还得查阅资料

在街上居然碰到了多日不见的老友

约好去酒吧，当然要够闪才炫

鲜亮色彩吸引注意力

↑藤编挎包是夏日逛街的首选。T恤/NAEAF 349元，项链/TOKIOMESSAGE 180元，鞋/PAEDIS 790元。

银色上衣让你更添魅惑

↑银色上衣的亮片是闪光的理由，搭配金色腰带，十分别致。上衣/JOYLAND 249元，鞋/HARSON 328元。

~H₂O+

水 芝 澳

净·白·无瑕

7天击退黑色素

全新水中美白洁面奶

~H₂O+水中美白系列再添新成员！多重功效的水中美白洁面奶能彻底清洁皮肤及卸除面上化妆外，更有效减少幼纹及增加皮肤弹性，均匀肤色，减少黑色素及色斑形成。具备抗氧化及抗敏感功能，能保护幼嫩肌肤。用后感觉柔软湿润，绝无绷紧感觉，美白及保湿功效异常显著。



美白5部曲



水中美白洁面泡沫 水中美白面膜 水中美白补湿喷雾 水中美白精华露 水中美白防晒乳液SPF15/
水中美白晚霜

配合全线水中美白系列使用，7天内能达到预期的美白效果，皮肤自然会变得透彻，回复亮泽！

Waterwhite Brightening Milk Cleanser

中国代理：奥思美容品(上海)有限公司 客户热线：(86) 21-3218 0162 传真：(86) 21-3218 5162 网址：www.h2oplus.com.hk

上海：淮海太平洋百货·百盛(九海)·徐家汇太平洋百货·华亭伊势丹百货·上海城百盛(虹桥)·上海第一八佰伴·久光百货 北京：庄胜崇光·世都百货·新世界商场·百盛购物中心·双安商场·中友百货
燕莎友谊商城·东方广场·北辰购物中心 深圳：茂业百货东门店·茂业百货和平店·茂业百货华强北店 沈阳：新世界百货 宁波：银泰百货(天一店) 广州：广州百货·天贸南大百货·王府井百货
友谊商店 大连：太平洋·迈凯乐大连商场 武汉：武汉广场·崇光百货·中商广场* 南京：大洋百货·金鹰购物中心 杭州：浙江银泰百货·杭州大厦 重庆：太平洋大都会店·太平洋立洋
成都：太平洋春熙店·太平洋全兴店 无锡：三阳百盛广场 青岛：第一百盛 西安：世纪金花购物中心 长春：卓展时代广场百货·亚泰富苑购物中心* 福州：中城大洋百货 郑州：丹尼斯百货
正道花园* 济南：贵和购物中心 太原：华宇购物中心 昆明：柏联百盛购物中心* 南通：文峰大世界* 苏州：泰华商城* 温州：开太百货* (*授权零售商专柜)



你的青春

有没有「白」过？

RAY 当家模特主导酷夏流行

Sweet & 流行夏装 Mature

时尚指数与温度一起不断
个绚烂季节更加充满期待。甜

来自MIDORI的建议

可爱妹妹风格 夏日推荐条款



动感十足的红色彩带条纹挂脖式上衣，视觉效果清新亮丽。想要获得清爽度No.1的整体印象。当然是搭配自然可爱的牛仔迷你裙。无论赶赴约会或在海滨漫步，都能成为最美丽的风景线。

品牌LOGO
变作装饰图案

简洁流畅的手
写线条更能提升清
爽可爱的活泼氛围。



拥有鲜亮色彩的 清爽上装

亮丽配色 & 优雅飘带图案，
体现出活泼的健康朝气，
成为今夏最受关注的热门图案之一。



背面特别加入
性感系带设计

性感的背部系带设计
为健康美丽的小麦色肌肤
平添许多妩媚美感！

荷叶边 牛仔迷你裙

想把自己打造成可爱女孩，
甜美风格的荷叶边
当然不可或缺。

双排造型腰带扣
设计最具个性

将两道腰带扣
并列排放在一起，
彰显独特个性。



★ Back Style

内侧拉链
也锁定醒目红色

将纽扣和拉链
打开，即可显露出
醒目的红色。即便
是内侧，细节设计
也绝对到位。



妹妹风格 多样搭配变奏曲



一有着柔美
线条的连衣
裙，让你立
刻变身成最
妩媚动人的
夏日公主。



↑ 露背设计
与蝴蝶结相
结合，尽显
性感而可爱
的迷人魅力。



↑ 3段层叠式迷
你裙，随着步伐
轻迈，格外曼妙
动人。



一层叠花边配合
宽松设计，最能
体现飘逸美感。



→ 简约清爽的牛
仔迷你裙，搭配
任何上装都有出
色表现。

排列组合方程式

摄影/曾根将树。
造型/中村利惠。
发型与化妆/若岛友惠。模特/菅原禄弥、葛冈碧

上升，本季的扮靓计划也已制定完成，用四款夏日靓装完成重复组合搭配方程式，令这美可爱VS成熟干练快餐式MIX指南，现在就一读为快！

细节设计也要体现成熟韵味

就连纽扣和缉线这些小细节的颜色也要与整体达成统一。



这个夏天双头拉链夹克彰显成熟特质

虽然明快色彩正备受青睐，不过，有着成熟魅力的含蓄深色也同样不容错过。

增加了拉链的口袋别有一番新意

醒目的红色，更具视觉冲击力！



姐姐风格的多样搭配变奏曲

一加上一道腰带，锁紧的腰部曲线散发成熟辛辣的女人味。

↓ 剪裁流畅的牛仔裤，小巧的纽扣式侧兜是最有新意的个性设计。



↑ 将中短款五分袖夹克拉长变成连衣裙，同样能展现出率性的飒爽英姿。



来自TOSHIMI的建议

干练姐姐风格夏日推荐条款

拥有简洁造型与出色细节设计的成熟风格夹克，在夏日也同样大有用武之地。下装当然要搭配率性的牛仔七分裤。穿上它，无论假日还是平时，都能让你成为最受欢迎的女主角。



袖子后侧也有巧妙小细节

袖子后侧的下摆位置设置了可调节的纽扣，长度的变化为你带来别样韵味。



美腿功效牛仔七分裤

完美的整体线条和细节处理，加上适当的磨旧效果，还有醒目的红色点缀，这些出位的设计，绝对值得拥有。

Back Style



裤脚的纽扣设计实现调整可能性

裤脚处的3枚纽扣，满足你自由调整开度的愿望，带来更多个性变化。





白色&粉色唱主角，
在轻松的假日
用活泼色彩
烘托好心情

↑彩色飘带图案小背心邂逅白色长裤，体现清纯可爱的夏日情结。将牛仔夹克随意地系在腰间，带来一丝野性味道，更能彰显年轻活力。

可爱印象的
经典搭配就是
亮丽背心+
牛仔迷你裙

一色彩清新的小背心搭配活泼俏皮的迷你裙，周身洋溢着甜美可爱的青春气息，纵然简洁，却也是最有魅力的假日装扮。

性感的露肩上衣+
牛仔迷你裙
传承经典的
性感可爱路线！

一活泼可爱的牛仔迷你裙配上美丽的露肩上衣，表现更多性感魅力。提在手中的淡粉色香奈儿手提包，大大提升你的搭配品位。

可爱妹妹风格VS
干练姐姐风格

体现假日气息的



一优雅可爱的褶皱花边
分别设置在小背心与裙
摆处，上下呼应，大大
提升搭配品位。清新而
优雅的装扮在约会时给
他留下好印象。

柔和的浅驼色小背心
搭配轻柔短裙
表现优雅唯美

成熟风格假日装扮
经过小饰物的点缀
别有一番品位

一成熟干练的夹克，搭
配小背心与牛仔七分
裤，格外洒脱帅气。银
色腰带与凉鞋上下呼
应，闪闪发亮的效果更
能提升你的魅力指数。

华丽而唯美的
黑色纱质罩衫+七分裤
是最摩登的假日装扮

一黑色纱质罩衫尤其神
秘魅力，搭配简约率性
的牛仔七分裤，不仅烘
托出轻松活泼的休闲氛
围，更碰撞出精彩新奇
的魅力火花。

夏装搭配方案 Sample

夏季美装搭配月记

17款单品 31天美丽

备受时尚美眉追捧的搭配方式，备受OL们欢迎的扮靓计划。用人气度和搭配力度均无可挑剔的17款单品，打造出1个月内的百变形象！

摄影/大嶽惠一 设计/渡边惠子(KIND) 发型&化妆/山下智子 模特/芥川舞子

让自己更加容光焕发！
去经常光顾的美发店，



17款百搭美装 撑起31天的美丽！

A 粉色褶边吊带衫
↑采用婴儿粉色褶边。可爱逗人。

B 两件套针织衫
↑带蕾丝花边的吊带衫和袖褶针织衫。

C 三层荷叶边上装
↑今夏最受瞩目的三层荷叶边上装。

D 黑色两件套针织衫
↑采用白色镶边的黑色两件套针织衫。

E 蓝色风雪衫
↑清爽的蓝色调使人心情舒畅。

F 白色衬衫式短外套
↑底襟和袖口处为双层设计。

G 浅紫色针织衫
↑袖子采用性感的一袖子开衩设计。

H 水色无袖针织衫
↑后侧的系带设计，散发出性感美。

I 白色两件套针织衫
↑是夏季搭配中不可或缺的万能服装。

J 粉色连衣裙
↑腰部收紧的玲珑曲线文雅别致。

K 水色套装
↑露肩露背式夏季粗花呢连衣裙+短外套。

L 白裙子
↑这款短裙的不对称构思新颖独特。

M 印花图案裙子
↑华丽的图案加上不对称式剪裁。

N 黑×白裙子
↑大纽扣具有淡淡的怀旧气息。

O 黑色牛仔褲
↑裤子前侧的中缝线设计，端庄优雅。

P 白色七分褲
↑今夏，白色棉布七分褲值得拥有。

Q 浅米色长裤
↑弹性缎子面料，前侧中缝线设计。



一披在肩上的黑色开襟针织衫恰到好处地保留了粉红色+白色的甜美感，是成功的休息日装扮。



工作出现失误，挨了一顿批评。
新的一周才开始啊……

7/5
一
+ D
+ P

→白色镶边的黑色两件套针织衫搭配白色七分裤，营造出时尚秀丽的单色调风格。



参加久违了的朋友聚会，她们也说我很漂亮

7/6
二
+ C
+ Q

→运用奢华的绸缎荷叶边上装，搭配款式简单的下装，于平淡无奇中制胜。



梅雨时节去上班，让上装与雨伞相搭配！

7/7
三
+ G
+ F
+ A O

→淡紫色使针织衫与雨伞形成单一色调的搭配。



与在朋友聚会中认识的
他午餐约会

7/8
四
+ B
+ N

↑初次约会时，用幸运色——黄色的开襟针织衫加深他心里的印象。



被委托做一项重要工作，心里忐忑不安

7/9
五
+ H
+ Q

→紧凑合体的无袖针织衫+靴筒式长裤，美人效果超群！



→妩媚的连衣裙单穿时也很有夏日气息，搭配白色开襟针织衫，勾勒出清爽整洁的轮廓。

真不该去看电影！和他的第一次假日约会

7/10
六
+ K
+ I



从原宿走到了涩谷，和朋友一起逛街，

7/11
七
+ I
+ A O
+ B

→闪闪发亮的手提包和尖头高跟鞋为休闲牛仔裤增添了几分女人味。



三个月了，终于！进入公司终于满意！干杯！

7/12
八
+ B
+ G
+ M

→上装的浅紫色与裙子图案的色调达成了统一，营造出优雅婉约的女性美。



中午去银行，听说要排很长的队哦！

7/13
九
+ H
+ F
+ N

→大胆性感的后侧系带针织衫外面披一件短外套，迅速变身可爱美眉。



今晚参加同事退休的告别会
途中买了花束作礼物

7/14



↑ 婴儿粉色×浅米色的自然色调是最具柔和力的搭配。珍珠腰带提升高贵优雅感觉。



一起去看电影。共同的兴趣爱好
让我们之间的关系越来越融洽

7/15



一印花图案的裙子具有强烈的视觉冲击力效果，搭配纯净的白色针织衫，文雅考究。



跟CORYS碰头

7/16



八点以后约了他在TOWER

→ 白色×黄色的色调搭配漂亮醒目，堪称牛仔手提包的绝配。



参加表哥的结婚仪式，在教堂前拍纪念照片

7/17



一优美高雅的连衣裙与甜美可爱的花饰腰带，是至上的好搭档。

黑×白色裙子为肩部开衩的深U字领性感针织衫不动声色地提升了品位。

7/18
日
近来每一天都收到他的爱情短信

7/19
一
坐地铁的时候睡着了。啊，已经到东京了吗？

7/20
二
第一次出席大型会议。加油干吧！

←为了与黑色针织衫达成统一，小配饰也采用鲜明敏锐的黑色调，给人以清澈水灵的印象。

↑短外套+裤脚的开衩+长裤的潇洒干练映衬出内衣的婴儿粉色的甜美。

7/22
四
操作电脑出现失误，我该怎么办呢？

↑白色吊带衫中和了蓝色图案与柠檬黄色的醒目感，是相当新鲜特别的搭配手法。

7/23
五
受到上司的表扬。我游刃有余于工作和生活之间

←以浅米色的网眼皮革×银色饰扣皮带作为全白搭配的亮点。

7/21
三
我要在公司交流会上给人留下最好的印象！

↑高雅的白色×水色调美装搭配金属色高跟凉鞋，从灵魂深处散发出少女气息。

时尚女孩的秘密单品

可增添女人味的内衣

7/17
带刺绣的桃红色文胸&内裤。

↑成熟桃红色伴我度过浪漫的一天

7/18
在内衣中纳入正掀起流行浪潮的黄色

↑黄色×粉红色文胸&内裤，文胸肩带可拆卸。

7/21
透薄质上装时不会透露出来的文胸

↑米黄色文胸&内裤。

7/23
秀丽白色×清爽蓝色，不断博得他的好感！

↑白色×蓝色文胸&内裤。



一高跟凉鞋、小钱包、项链等小配饰的选择足见功夫。

今天一天都在整理和收拾堆积如山的资料

7/26



一用黑色开襟针织衫&黑色高跟凉鞋对浓淡不一的蓝色加以收敛。



一充满女人味的编筐式手提包便于干练的简单服饰变身成为夏日的人气搭配。

天气如此炎热，好像八月提前来临

7/25



一在白色与浅米色的基调色彩中加入点黄色，明朗宜人。

去关西出差。今晚可以品尝美味食品了

7/27



一用具有清透感的白色七分裤适度抑制上装褶边的甜美感，完成健康有活力的可爱装扮。



一白色针织衫、黑x白色裙子与开襟针织衫的组合端庄优雅，斜挎小包提升了文雅风情。

一风雪衫+牛仔裤的搭配于时尚中展现出休闲感和轻松感。



下班回家路上买了几件夏装，充实一下我的衣橱

7/29



相互报告近况和大学时代的朋友

7/30



时尚女孩的秘密单品

可增添女人味的小物品

7/24



闪闪发亮的凉鞋最适合在晴朗的日子里穿

7/25



最适合用微夏日简单装束的最后润饰

7/31



惹人怜爱的花朵装饰紧紧抓住男人心

8/3



白色网眼手提包吹来一股清爽可爱的风

一带花朵装饰的白色网眼手提包。



已经一星期没有约会了，
要更花点心思打扮自己。

7/31
六
J

一只带一款曲线优美的连衣裙就可打造出女主人公般耀眼夺目的气质。



今晚大学时代的好友要来我家！去买瓶葡萄酒。

8/2
A
N

粉色×黑×白色调是最轻松的捷径配色法，日常搭配也不可掉以轻心！



明天晚上有朋友来聚会，现在进行大扫除。

8/1
B
E
P

一行动自如的弹性七分裤搭配丝绒质地风雪衫，轻松又惬意。



午餐时间和姐姐聊聊自己的恋爱情况。

8/3
I
B
L

一白色装束中点缀以牛仔凉鞋和黄色开襟针织衫，今年流行的细腻微妙感清晰可见。

风度
VS
温度

空调上装

高度露肤的款式一到夏日就备受女孩宠爱，可是一进冷气充足的问题来了——怎样来解决风度与温度的美丽相对论？此时的最佳选项完美搭配呢？就让Ray来为你作解答吧！

策划&执行/钟丽玲 摄影/周涛工作室 化妆/菊将(吉米造型) 模特 a.v.v. ofuon, Etam, AZONA, MissK, THEME, Jessica, VERO MODA, 布瓜 办公家具提供/华润励致 场地提供/优士阁

●●
A Q

选择什么样的空调上装既时髦又干练？有细节变化、设计新鲜的衬衫是首选！

style 01

将优雅与时髦完美结合
前襟系结的方格衬衫

●内装的颜色与手提包巧妙呼应，同时带来清凉感。衬衫/MISSK 280元，包/布瓜 180元，鞋/日坛商校1001室 265元，项链/

Inner wear



同样精彩。抹胸/a.v.v. 190元，七分裤/TOKIO MESSAGE 480元。

style 02

经典的黑白、黄三色组合。衬衫/TOKIO MESSAGE 290元，鞋/热风 258元。

●脱去衬衫，宛如邻家的女孩，吊带背心/VERO MODA 149元，短裙/MK KLEN 360元。

Inner wear



style 03

蓝色的对比度 白色的加入，缓和了黄色与

Inner wear

●内装更加充满活力。背心/TOKIO MESSAGE 340元，直筒裙/MissK 265元。

●方格图案营造出可爱&传统的美丽气氛。衬衫/ofuon 360元，鞋/热风 220元，包/布瓜 238元。

style 04

提升成熟韵味
V字领斜襟衬衫搭配米色的直筒裙，

Details



●压褶设计使条纹图案相互交错，富有节奏感。

Details



的与扣 前石的交相辉映。胸衣/MISSK 540元，九分裤/AZONA 398元，T恤/TOKIO MESSAGE 300元，鞋/热风 230元，包/布瓜 168元。

style 05

甜美的粉色遇上纯净的白色，感觉格外清新



的office3原则

office就变得不太适宜，随便套件外衣又怕降低了美丽度，于是头疼选择自然是搭配率极高的空调上装。那么究竟选择什么样的款式来实

特/李静 协助/韩梅 品牌鸣谢/TOKIO MESSAGE, MK KLEIN+, 日坛商务楼1001室, 日坛商务楼3010室, 日坛商务楼2007室, 热风,

style 02

将粉色西服穿
出利落感的关键在
于中性的设计

Details



↑局部采用工装式设计体现干练与帅气。

↑米色裤装收敛了粉色西服的甜美度。西服/TOKIO MESSAGE 540元, 七分裤/TOKIO MESSAGE 480元, 鞋/热风 260元。

Details



↑彩色圆圈的刺绣图案装饰将你带往新纯真年代。

style 04

圆润的线条与柔和的色彩一起搭配总
予人优质印象

↑圆弧形下摆西服干练中不忘彰显可爱魅力。西服/Elan 299元, 九分裤/a.v.v 560元, 鞋/日坛商务楼1001室 225元, 包/TOKIO MESSAGE 430元。

↑无论是色彩还是款式都体现出最简洁的优雅。西服/Elan 299元, 鞋/热风 260元, 包/布瓜 198元。

style 03

牛奶白混合天空蓝, 宁静又不失知性

Inner wear

↑里面的连衣裙是如此可爱。连衣裙/TOKIO MESSAGE 860元。



style 05

亮丽色彩与方格图案搭配,
斯文中显现活力

↑黑色内装平衡了上下身的搭配。西服/MK KLEIN+ 630元, 鞋/日坛商务楼1001室 240元, 包/布瓜 178元。



↑再添加些首饰便可参加朋友的生日PARTY。吊带背心/TOKIO MESSAGE 390元, 短裙/TOKIO MESSAGE 390元。

Inner wear

style 01

蓝白色调为炎炎夏日带来一阵清爽宜人的凉风

Inner wear



↑简洁, 大方的无袖连衣裙是搭配西服的必备单品。连衣裙/MK KLEIN+ 630元。

● ●
A Q

用什么样的空调外套来实现上班与休闲的瞬间转换?
今年夏天清爽色调的西服备受青睐!

↑外套和连衣裙均选择直线设计演绎鲜明快洗的形象。西服/MK KLEIN+ 630元, 鞋/热风 260元, 项链/TOKIO MESSAGE 160元。

AQ

选择什么样的空调上装让优雅与时髦并存?
一定要选择修身设计的针织开衫!

style 01

香奈儿时代的优雅情结
上衣的粉色窄边装饰展现

Details

↑肩部的珍珠装饰扣样华美迷人,吸引无数视线。

Inner wear



↑简洁款式和素雅色彩是实现百搭的重要因素。连衣裙/ofuon 990元。

↑一定要选择膝盖以上20厘米的裙长才能体现利落感。针织开衫/AZONA 278元,鞋/热风 380元,手链/日坛商务楼3010室 220元。

style 02

娇嫩的粉色×蓝色,是占尽夏风光的配色方法



↑上装混织的银线流露出新鲜的时尚感。针织开衫/a.v.v 230元,鞋/热风 258元,包/布瓜 178元。

Inner wear



↑亮眼的色彩打造轻松随意的休闲装束。吊带背心/a.v.v 130元,七分裤/MissK 295元。

Details



↑镶嵌水钻的蝴蝶结衣钩高贵又可爱。

style 03

具有光泽感的丝质百褶裙,优雅态度可圈可点



↑不同的材质MIX是造型的核心。针织开衫/THEME 268元,百褶裙/日坛商务楼2007室 280元,鞋/日坛商务楼1001室 218元,包/布瓜 428元。

style 04

针织衫与直筒裙组合出高雅而又不失亲和力的造型



Details

↑金属质感的银色腰带令时髦度满分。

↑与白色组合使黄色更显轻盈、雅致。针织开衫/Jessica 570元,直筒裙/ofuon 460元,吊带背心/MissK 195元,鞋/热风 220元,腰带/a.v.v 130元。

↑高贵典雅的造型提升成熟度。针织开衫/ofuon 190元,鞋/热风 260元,包/TOKO MESSAGE 430元,项链/TOKO MESSAGE 140元。

style 05

前襟采取独特的X形设计,强调身体的美丽曲线



Inner wear



↑性感装扮犹如海中的美人鱼。吊带背心/MissK 195元,鱼尾裙/TOKO MESSAGE 590元。

韩国影视天后:李奈英

www.laneigechina.com 顾客服务中心: 800 820 5118

水份
70%

LANEIGE 兰芝

水漾容颜 · 清新每天

LANEIGE兰芝上海: 淮海百盛 虹桥百盛 徐汇太平洋 淮海太平洋 站前太平洋 置地广场 SOGO 市百一店东楼 汇金百货 杭州: 银泰 宁波: 银泰
北京: 百盛 安贞华联 北京新世界 北京当代 北京双安 天津: 百盛 新世界 郑州: 金博大 丹尼斯 太原: 贵都 华宇 济南: 贵和 银座
沈阳: 沈阳百盛 新玛特 哈尔滨: 远大 成都: 王府井 全兴太平洋 重庆: 王府井 立洋百货 贵阳: 星力 神奇百盛 昆明: 百盛 苏州: 泰华
西安: 百盛 西安开元 世纪金花 新疆: 世纪金花 天山百货 深圳: 华强北茂业 东门茂业 海口: 一百 南宁: 百货大楼 梦之岛 长沙: 平和堂



随着炎炎夏日的到来，肌肤经受着更多的考验。炎热阳光的直射，再加上空调的干扰，都是造成肌肤缺水、枯黄的隐形杀手。而平时油汪汪的肌肤通常会掩盖掉肌肤缺水的信号。有没有办法既保证肌肤的水盈状态，又让肌肤变得净白莹润呢？LANEIGE兰芝草莓酸奶面膜和净白清透面膜的完美结合，给您带来一夏的净白透明，健康莹润的肌肤。

STEP 1

缔造滋润、细腻光滑的肌肤基底……「兰芝草莓酸奶面膜」

夏天，因为紫外线的加强，空调环境的干扰等因素，容易引发毛孔粗大、肤色不均、暗哑、色斑等肌肤问题。所以，夏天肌肤的保养不应单单考虑补水，更要从补充肌肤营养着手打造健康亮丽的肌肤。

LANEIGE兰芝草莓酸奶面膜是同时具有“水份”和“营养”两个重要肌肤因素的全新产品。蕴涵丰

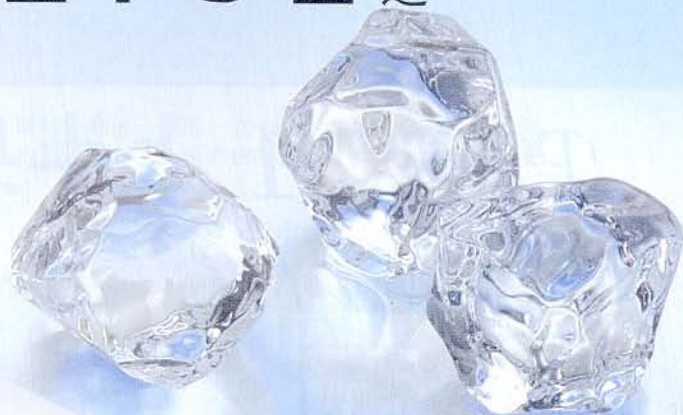
富的维生素B1、B2、B6、B12、维生素C、酵素、钙质及蛋白质，有效深层滋养及抗氧化，令疲倦的肌肤回复柔滑、弹性，瞬间赶走暗哑、色斑、毛孔粗大及肤色不均等问题。

更含“草莓营养粒子”，轻轻按摩会逐渐融化，加倍滋养肌肤；洗净后，肌肤即刻变得柔软、细滑而富有光泽！

Summer Beauty Must Have Items

缔造夏日莹润净白肌肤的绝招

LANEIGE 兰芝



STEP 2

用「净白清透面膜」实现完美的肌肤呵护！

因为草莓酸奶面膜而变得细腻光滑的肌肤……感觉还是有点遗憾，肌肤不够美白。如果再用LANEIGE兰芝净白清透面膜进行崭新真空护理，让兰芝独有的美白复合体（S.T.A.R White Complex）和深层补水系统（Water Pump System）双重高科技，帮助肌肤还原匀亮白皙的同时充分补充水份，有效淡化雀斑及抵抗黑色素的生成，加倍抵御污染物与紫外线。草莓酸奶面膜和净白清透面膜的完美结合，保湿和美白同时进行，全面解决肌肤烦恼。

STAR WHITE TREATMENT MASK
White Complex Tissue Mask
Regenerating-Moisturizing

LANEIGE

Yum, Hae Sun (26岁，韩国延世大学—国际关系学院学生)



论文、考试、答辩各种学习压力压得我透不过气。因此，肌肤也常常出现一些小问题。幸亏知道了兰芝草莓酸奶面膜，给我解决诸多肌肤烦恼。浓郁的草莓香味，更让心情也随之变得愉快。偶然一次用完草莓酸奶面膜之后用了兰芝净白清透面膜，想不到效果竟然如此之好……肌肤变得更加白皙细嫩和透明，一整天都滋润和透明的感觉，仿佛自信也随之加强了。草莓酸奶面膜+净白清透面膜，本以为只是属于自己的小秘密，没想到周围的朋友都知道~~^^

Jo, Tae Sook (28岁，VOLVO KOREA - 公司职员)



频繁的出差和高强度的工作使得肤色显得暗哑不匀，特别是一到夏天，我会更加注重肌肤保湿美白的护理。加上，工作的关系，匀净莹润的肌肤显得尤为重要。偶然，向好朋友倾诉心中之苦，得知将兰芝草莓酸奶面膜和净白清透面膜一起使用可彻底解决肌肤干燥枯黄、暗哑不匀的烦恼。试用以后真的感受到变得匀净白皙的肌肤。现在，这两个产品成了我夏日必备的肌肤护理品。真想跟更多的朋友分享我的肌肤快乐！

12招对付局部

PART 1 上半身局部肥胖：“瘦身”

胸部肥胖

招式一

- 1 视线模糊法：胸部设计越简洁越好，V领有着纵向拉伸视觉效果，是大胸的最佳选择。
- 2 视线转移法：可以将设计细节转移到腰部或颈部，转移注意力。

表现症状

正前方看胸部高且宽，侧面看显厚，让脖子显得短且粗。

醒目的V领造型，增强脖子 and 上身的细长感。

精致的腰带设计凝聚视线注意力。

简洁的卷边牛仔裤让整体显得更为精练。

*tips



前襟深色包边打破胸部宽线条

一针织开衫选择简洁的款式，无论大V领或小圆领都适合，特别注意前襟要选择开式。针织衫/Vesica 690元。

NG

- *塔状上衣
- *胸部过多装饰的上衣
- *浅色紧身上衣



飘逸感的H形上衣「迅速」瘦身
胸部装饰优选简洁款式

腰部粗

招式二

- 1 视线模糊法：利用H形上衣掩藏粗腰，合体的直线造型是最佳选择。
- 2 视线转移法：利用色彩对比将视线转移，掩藏缺点，突出你的迷人部位。

表现症状

腰部的前面和侧面都有明显赘肉，从正面看，腰部显得很宽。

*tips



精致细节吸引注意力

一白色蕾丝装饰婉约动人，完美掩藏腰部赘肉。吊带衫/Vesica 100元。项链/伊泰莲娜 109元。

NG

- *柔软面料的浅色紧身上衣
- *露脐装



白色衬衫领，知性优雅的代表。

黑色产生收腰效果，让腰部显得纤瘦。

白色八分裤与衬衫领呼应，对比出纤瘦腰部。

↑吊带衫/TOKO MESSAGE 580元。牛仔褲/TB2 835元。鞋/热风 330元。

↑上衣/伯奴捷思 328元。裤子/MK KLEIN 360元。鞋/星期六 549元。

肥胖

上装的选择

执行&文/中中 摄影/周涛工作室 化妆/简将(吉米造型) 模特/洛瑶 史颖 服装助理&插图/康璐 品牌鸣谢/TB2, Etam, ESPRIT, TOKIOMESSAGE, Veeko, ELLE, MK KLEIN, Fifi Zass, Jessica, ONLY, ZARIAH, Oxette, BANANA REPUBLIC, RIZ, VERO MODA, a.v.v., FED, Fahna Z, 赛柯, 尤金, 伯奴捷思, 热风, 星期六, 伊泰莲娜

春季总是太短, 还没来得及减肥成功, 就要穿上又薄又少的夏装了。每次对着镜子, 你总埋怨不是胳膊粗了点, 就是小肚子又鼓起来了。局部肥胖似乎是好多美眉的烦恼, 现在让身体迅速减肥已经来不及了, 不如看看《瑞丽》为你量身定做的穿衣减肥法!

胳膊粗

招式三

- 1 视线模糊法: 深色中袖T恤是首选, 或选择深色调花色绚烂的中袖上衣, 让花色来模糊胳膊的围度。
- 2 视线转移法: 利用颈部的结构线来转移对胳膊的注意力。

表现症状

胳膊粗壮。

tips



用露肩装成功转移注意力

1 肩部的高露肤度帮助转移人们的注意力。
黑色中袖也是解决办法之一。上衣/TB2 395元。

NG

- *深色无袖紧身T恤
- *灯笼袖上衣



大而绚烂的花朵图案令整体看上去十分消瘦。

长及肘部的设计有效遮掩胳膊问题。

搭配素色调下装让整体有主次。

大V领露出漂亮颈椎
深色绚烂花色掩盖胳膊粗

1 上衣/TOKIO MESSAGE 550元
裙子/TOKIO MESSAGE 650元
鞋/星期六 549元

背部肥胖

招式四

- 1 视线模糊法: 对于一般的背部肥胖者来说, 不用过分掩饰背部肌肉, 可以恰当地利用V领来增加拉伸感, 将颈椎处露出来, 而巧妙地将颈椎左右的肌肉遮掩住。
- 2 视线转移法: 如果上身选择简单的深色T恤, 则可选择有细节或明快的下装搭配。

表现症状

从侧面看上去胸背显得厚实, 更多的肌肉堆积在颈椎的左右。

深V字领, 将漂亮的颈椎部位露出来, 而掩盖住两旁的肌肉。

斜条纹增强纵伸感, 让上半身显得细长。

白色修身牛仔裤, 清爽而有季节感。

tips



细节装饰打散对背部赘肉的注意力

1 背部的U形领加上蝴蝶结系带装饰, 亮的装饰能减弱对背部赘肉的注意力。上衣/尤金 260元。

NG

- *浅色圆领紧身T恤
- *窄肩运动T恤



PART 2 下半身局部肥胖：“瘦身”

臀部粗

招式五

- 1 视线模糊法：利用硬挺面料打造的简练A字裙，足够削弱臀部的宽度。
- 2 视线转移法：上半身足够瘦的美眉，利用漂亮的上装可以将注意力转移到上半身。

表现症状

臀部宽且厚。

从臀部开始立体展开的A字版型有收缩臀部的作用。

一同样简洁的造型，利用立体的A字形裁剪来收缩臀部宽度。

back



back close up

↑中间纹路有上升感的条纹能有效解决臀部下垂的缺点。

一横条纹和斜条纹的搭配设计减弱对臀部宽度的注意力。吊带衫/ZARIAH 150元，裙子/私人物品，鞋/热风 235元。

塔状雪纺衫有着足够的吸引力。

硬挺棉质面料让A字裙足够立体。

↑上衣/私人物品，裙/KENZO 260元，鞋/热风 245元。

一前面的竖拉链装饰，结合两侧的兜位拉链，打破宽臀印象。T恤/ESPRIT 265元，裙子/a.v.v. 260元，鞋/RIZ 528元。

back close up

↑两侧的向内倾斜式拉链，有收敛臀部宽度的效果。

NG



*浅色鱼尾裙
*臀部V条纹装饰裙子

臀部后翘

招式六

视线模糊法：硬挺面料的H形以及轻柔面料的A形裙子都是首选，同时也可利用图案来打造模糊感觉。

表现症状

从侧面看臀部厚实，类似欧洲人的体形，其实算不上是太大的缺点。

轻柔雪纺面料飘逸中有形。

back



↑由圆点组合的菱形图案具有视觉效果，完全打破臀部后翘的视觉。

利用鲜亮的橘色将注意力转移到上半身。

迷幻圆点图案打散臀部宽度。

↑吊带衫/ETI Zass 285元，裙子/TOKIO MESSAGE 650元，手链/Oxette 1180元，鞋/RIZ 528元。

front

轻柔面料令整体线条更为流畅

back



↑印有小花图案的雪纺裙，完全掩盖臀部后翘的缺点。裙子/ETAM 199元。

NG



*臀部有夸张细节装饰
*硬挺面料的A字裙子

back



↑腰下部的V形拼接线缓解臀部后翘的突兀感，同时保证下摆的直线造型。

H形半身裙平缓臀部后翘线条

一面料硬挺的H形裙子是首选，直线条能增加高度而减小视觉上的宽度。T恤/TOKIO MESSAGE 480元，裙子/私人物品，鞋/热风 230元。

下装的选择

似乎每一点赘肉都能让你烦恼不已。臀部太大、大腿太粗，全身比例适当的美眉都希望自己的下围再瘦一点，减肥实在太累，效果总是渺茫，就让服装来帮你解决问题吧。

大腿粗

招式七

视线模糊法：偏硬挺面料的A字形裙子可以有效遮掩腿部的粗壮。

视线转移法：选择素色下装，配合图案鲜明的上衣用以转移视线。

表现症状

大腿粗分为两种，一种是久坐办公室的OL，大腿外侧脂肪容易聚集，导致肌肉向两侧方向变宽，另一种是经常运动的美眉，容易拥有呈圆粗状的大腿。

充满悬垂感且有型的化纤面料是首选。



明快的天蓝色瞩目度百分百。

菱形格纹图案分散视觉注意力。

→T恤/ELLE 360元，裙子/ELLE 360元，鞋/热风 260元。

适合大腿外侧宽粗的女孩

→干练而立体的A字形裙让整体造型显得高挑而利落，上衣/BANANA REPUBLIC 530元，裙子/Elan 179元，鞋/星期六 349元。

彩色斜条纹分散对腿部的注意力

把握细节设计，巧妙遮盖身体缺陷

适合大腿圆粗的女孩

→臀部包裹，却在大腿处打开的裙子设计，巧妙突出臀部曲线而掩盖了腿粗的缺陷。T恤/赛柯415元，裙子/ZARAH 250元，鞋/热风 230元。

小腿粗

招式八

视线模糊法：裙长一定要在膝下3厘米左右，盖住膝盖，同时一定要搭配尖头高跟凉鞋，让腿显得又瘦又长。

表现症状

腿部肌肉堆积，甚至可能导致膝盖处有肌肉覆盖。

亮丽的服装足够抢眼。

直身款式让下半身显得修长而纤细。

膝下3厘米的长度刚刚好。

与裙子同色的高跟凉鞋增加高度。

→T恤/VERO MODA 199元，裙子/a.v.v 290元，鞋/FED 498元。



→将小腿粗壮的部位恰当遮掩，加上同色的高跟鞋，显得腿部纤细而修长。T恤/Elana 119元，七分裤/VERO MODA 279元，鞋/星期六 549元。

直脚七分裤遮住恼人部位

读者现身说法：4种最常见的局部肥胖组合问题的解决之道

大部分美眉的全身都会有2~3处局部肥胖，当这些“肥胖问题”都凑到一块时该怎么办？现在就选出来自4名读者的最具有普遍意义的疑难问题一一解决。

招式九

H形连衣
裙巧妙遮掩中
段肥胖



腰臀直
身设计遮掩
臀宽的缺陷。

线条印
花图案增添
俏皮气息。

→连衣裙/Etam 269元，
鞋/RIZ 578元。

水钻装饰
十分别致。

宽臀 + 大腿粗



飞飞

“我的全身基本协调，但因为长时间坐办公室的原因，现在臀部偏宽，且大腿也粗，适合穿什么衣服呢？”

在大腿
处打褶释放
臀部拘谨感。

NG

*深色T恤+
弹力牛仔裤让臀部和腿显得更为粗壮。



招式十

选择流行的
长款上装，时尚
又苗条

V字领
让脖子显得
十分纤细。

盖住臀
部的长度最
为适宜。

露出纤
细的脚踝十
分性感。



腰粗 + 宽臀



小煊

“一直好吃甜食，且不爱做运动，我的腰部赘肉十分明显，臀部也变宽，同学们都笑我是水桶腰，快救救我吧！”

磨白效果突
出腿部立体感。

NG

*短款背心将
粗腰完全暴
露，加上有
着膨胀感的
塔裙，显得
更为肥胖。



上衣/Etan 139元，七分裤/
TB2 796元，手袋/Oxette 600元，
腰带/TOKIO MESSAGE 200元，
鞋/RIZ 578元。

招式十一

黑色T恤让
你瞬间瘦身

圆点装
饰突出黑色
的流行点。

胸前和
胸下的抽褶
装饰巧妙掩
藏大缺陷。

明快的
白色圆点腰
带让腰部成
为视觉焦点。



胸部突出 + 大胃



yoyo

“一直烦恼自己的胸部太过突出，而在今年胃部也跟着开始突出了，但我的下半身一直偏瘦，我该怎么办？”

亮色裤子用
来平衡上半身。

NG

*胸前抽褶和紧裹腹部的浅色上衣，都会让缺点暴露无遗。



→T恤/私人物品，
裤子/a.v.v 360元，
鞋/FCD 468元。

招式十二

及膝A字裙展
现女性娇柔魅力

黑色项链
与黑色上装搭
配十分雅致。

绸缎质感
腰带设计卓显
服装品质。

A字裙
完全掩盖大
腿缺点。

→T恤/尤金 280元，
裙子/赛柯 499元，鞋/星裙
期六 649元。

大腿粗 + 小腿粗



康康

“小时候练过跑步，腿部肌肉一直十分发达，一到夏天我就发愁，不敢穿裙子，但我确实十分羡慕穿裙子的女孩，能帮我实现愿望吗？”

膝下3厘
米是铁则。

NG

*即使今年十分流
行迷你裙，最
好别去尝试，
会将缺陷完全暴露。



04 春夏CD期新货上市 FREE BIRD

spring-summer 2004

刚上场不久的04年春夏系列，优雅与品味继续是品牌的特色，所不同的是设计师起用了大量灵感、和谐的色调，令整个系列更显气质妙曼。

至于FREEBIRD今期采用简约的剪裁是这个系列的一个特色，令大家的视线不期然落在具有画龙点睛的细节运用之上，令到系列每一个款式都是越看越有味道之精彩之作，让各位人士在这个春夏同时拥有外内在美

自由鸟

加盟热线：(020) 84801888-800



波普风格的
性感装束

盛夏牛仔裤之 完美搭配：亮色上装+ 赤脚感凉鞋

亮色上装将盛夏的热情推至
顶点！与之相对，足下风景则是
越“素”越好，接近赤脚的感觉。

这些组合都very good！



一明黄色印字T恤热情
奔放，米色漆面凉鞋优
雅时尚。



一艳粉色吊带背心与金
色细带凉鞋的搭配轻快
又前卫。



一蓝色镶水钻抹胸和金
色细带凉鞋构成凉爽的
组合。

碧昂斯

近似赤裸
的双脚诠释着
她的野性魅力。
艳丽T恤和牛仔
裤上自己的名
字绝对张扬。

图片提供/中国图片库



简单隆重的牛仔裤造型 炫目夸张的项链坠 掀起强劲风潮

链坠的大小几乎可以当做名气大小
的指标，其中以大粒的水钻等闪闪发亮
的材质最为流行，星味十足。

一设计新
颖独特
让人过
目不忘。

一水滴形
项链坠
代表着幸
运和祝福。

一湛蓝色
的星形水
钻项链坠
晶莹欲滴。

图片提供/中国图片库

阿珊蒂

光芒四射的项
链坠与她健康的肤
色相映生辉。女性
化的上装，将身材
衬托得更加性感。



活泼的运动风格依旧风行

运动风格牛仔装束 活力四射不容错过！

2004年奥运会召开在即，运动风格牛仔装束的热度
不减。健康、动感、活力充沛，是绝对不可不试的造型。



一作为势欲怒的斗牛
狗头像十分有趣。



一绿色贝纳通
无袖T恤街头感
十足。



一肩头的红色
在视觉上起到
收斂效果。



希拉里·达芙
合体的运动背心凸显
健康又性感的身材！内
发亮的湖人队logo显得十
分俏皮！

图片提供/中国图片库

一起向国际明星学习穿衣之道！

牛仔 穿出明星 “裤”味道

牛仔裤是不分国界、不分季节的扮靓之宝。但要是以为它可以用来搭
配任何上装，便在平时打扮上掉以轻心，那就大错特错了。《瑞丽》这期搜
集了众多超人气明星的最新牛仔裤造型，帮你找到最适合你的穿衣之道，
将牛仔裤穿出时尚风情来！

摄影/（模特）桑崎まこと、（静物）瀧瀬徹 造型/渡边惠子

发型&化妆/森章代 模特/菅原禄弥、葛冈碧、山内麻美 部分图片提供/中国图片库

Celeb Denim

PART 01

来自流行最前沿的报道！

以穿衣品位著称的明星们几乎都是牛
仔裤的拥趸。她们是站在潮流最前沿的代
表，最炫的穿衣技巧当然要从那里获得！

国际明星与牛仔裤 时尚尖端的大碰撞！

key 4

展示美腿的秘密武器

明星们的扮靓法宝 微喇牛仔裤登场!

微喇牛仔裤是被明星们公认的可以有效修饰腿部
的法宝。这里给你仔细解析微喇牛仔裤的奥妙。

解析微喇牛仔裤的魔力!

大腿的部
位紧紧地
包裹着

膝盖上部
收紧,下
部渐阔

微阔裤脚
显得双腿
更加修长

↑堪称经典
的深蓝磨旧
微喇牛仔裤



图片提供 中国图片库

辣妹维多利亚
微喇牛仔裤将
维多利亚的傲人身
段显露无遗。她的
站姿也很显苗条。



图片提供 中国图片库

小甜甜布兰妮
丰满的她穿上
微喇牛仔裤和鞋跟
很高的高跟鞋显得
身材修长了不少。

成熟女明星的扮靓法宝

牛仔裤+亮色手提包 出众效果立时呈现

想在稳重打扮中增加引人注目的元
素,她们选择了色彩艳丽的手提包为简
约洗练的装束平添几分星味。

与上装颜色
相呼应的
明黄色手提包

一身看似普通的装束,因
亮色手提包和鞋子的加入
顿时变得有生气起来

模仿版

高跟鞋选
择另一种
亮色搭配



**卡梅隆·
迪亚兹**

卡梅隆·迪亚兹
是配色方面的天才。
手提包、帽子、皮鞋
的颜色被她发挥得淋
漓尽致。

图片提供 中国图片库

希尔顿姐妹

芭丽丝牛仔裤
加背心的打扮因为
腰间闪闪发亮的皮
带,使着装的华美
度一点不输给尼基
一身黑色装扮。

key 5

牛仔裤的奢华伴侣

耀眼夺目的华丽腰带 领导潮流!

一粉色与白色
的搭配优雅而
华美。

一甜美与性感
集于一身的粉
色组合。

一色彩对比强
烈且酷感十足
的腰带。

STAR

根据个人体形挑选「专属款式」塑造美丽线条

成为牛仔美人的捷径：选择适合你体形和穿衣风格的裤款。

为你一一解析明星们最新的牛仔造型，掌握明星们光彩夺目的奥秘！

向明星学习5大「牛仔裤装扮技巧」

分析她们的牛仔裤风格、搭配技巧、精彩饰品、活学活用！

碧昂斯

之专属
款式

突出流畅线条



图片提供 中国图片库

穿着技巧
CHECK!

拥有结实双腿的碧昂斯喜欢面料垂顺的牛仔裤，它的流畅线条可以让双腿显得不会过于粗壮，而且柔软的材质穿起来也十分舒服。

小甜甜布兰妮

之专属
款式

舒适合身剪裁



「粉色手提包和白色T恤让牛仔装扮多了分淑女气质。」

牛仔裤 DATA



BACK SIDE

裹得不是很紧的牛仔裤不会让腿部的缺点暴露出来，柔和的裤形更是公认的美化腿部的有力武器。

颜色 浅蓝色
腰围 60~68厘米
立裆 19.5厘米

辣妹维多利亚

之专属
款式

破旧朋克风格

来自英国的维多利亚尽管身价百万，仍然喜欢源于英国的朋克风格。也许这种满是破洞的牛仔裤最能够展现她我行我素的个性吧。



穿着技巧
CHECK!

图片提供 中国图片库

「独特的破旧效果令人眼前一亮，想与众不同的你绝对不可错过。」

牛仔裤 DATA



BACK SIDE

布满破洞的牛仔裤竟也可以这般优雅，真让人眼界大开。原来「朋克」已经变成「个性」的代名词。

颜色 磨旧灰蓝色
腰围 60~70厘米
立裆 20厘米

卡梅隆·迪亚兹

之专属
款式

强调性感腿部



「金色高跟鞋搭配深色牛仔褲，为整体着装增加了轻盈华美的效果。」

牛仔裤 DATA



BACK SIDE

长腿美眉应该试一试的款式。购买时注意面料质地，优质的弹力面料无论怎么穿洗都不会变形。

颜色 水洗青蓝色
腰围 58~68厘米
立裆 20厘米

牛仔裤 DATA



BACK SIDE

略微宽松，从上至下直垂到脚面的款式，女性魅力十足。裤兜的拉链设计独具匠心，成为装扮的亮点。

颜色 深蓝色
腰围 58~68厘米
立裆 19厘米

「垂顺柔软的面料最能体现女性温柔的一面，牛仔造型也可以温婉优雅。」



穿着技巧
CHECK!

图片提供 中国图片库

腿部不是很细长的小甜甜不适合紧身的牛仔裤，她偏爱剪裁合体的款式，这样既可以美化腿部线条，又让爱唱爱跳的她活动自如。

曾经是模特的卡梅隆·迪亚兹拥有性感的长腿，她喜欢选择紧身，面料有弹力的牛仔款式，让自己修长纤细的腿部线条更加明显。

穿着技巧
CHECK!



图片提供 中国图片库

清凉露肤装酷感十足，让你远离酷暑

黑色装扮以展现体形与精致取胜!

在盛夏将黑色穿出味道要费一番心思。明星们的黑色上装大多是展现体形的款式，其他部分的搭配则尽量简单，避免繁琐。



凯莉·米洛

紧紧包裹身体的黑色上装尽显凯莉·米洛的诱人曲线，裸露的小腹展现出她无与伦比的性感魅力。

精致上装

简约下装



看似简洁的打扮勾勒出明快流畅的身体曲线。

一肩部的系带设计大大提升着装的精致度。

1 浅蓝色牛仔褲和白色背心营造出如邻家女孩般的亲切感。

1 清凉素雅如水芙蓉的装扮给夏天带来凉意。



凯丽·罗兰

真金天女组合的凯丽·罗兰在参加电影首映礼时，选择了与自己性感又性感的肤色相协调的装扮。

图片提供/中国图片库

创造魅惑女人味道的法宝

睡衣风格的吊带背心展现致命的性感!

搭配蕾丝、褶边、蝴蝶结等女性化元素的睡衣风格吊带背心，是性感女明星的最爱。

碧昂斯

碧昂斯选择这款带有蕾丝和蝴蝶结的吊带背心，性感又迷人，为她的性感魅力增添了几分华贵的味道。

这些都很可爱哟!



一层层的蕾丝让性感款式略显可爱。

一下摆处的荷叶边甜美又文静。



一斜向的条纹有显的瘦身效果。



穿上天真烂漫的大花图案，心情也明媚起来。

一精致小巧的十字架项链使女孩显得更加纤细柔美。

让眼前一亮的明快配色

明亮的蓝色搭配白色让魅力顿时提升120%

明快而清爽的配色最能够展现夏日亮丽风情，看看明星们是如何通过这两种颜色让自己成为令人瞩目的焦点吧。



米拉·乔沃维奇

超级名模米拉·乔沃维奇的牛仔褲装扮古典而优雅，胸前造型夸张的褶边诠释出她的性感魅力。



一蓝色抽带抹胸展现浓浓的夏日风情。

一因装点点了小蝴蝶结而显得十分精致。



一可爱又性感的黄色蝴蝶结抹胸缔造出充满女人味的装扮。



从吊带背心、露肩装进化而来的

清爽抹胸大胆挑战露肤尺度

大胆裸露完美线条，是明星们抢夺视线的不二法门。再加上精心挑选的项链，绝对魅力超群!

赶快看看什么样的牛仔造型是今年夏天最热门的吧!

6大超人气牛仔

小编们不辞辛苦, 集结了市面上所有关于牛仔装扮的最新情报, 现在

SHING STAR

**夸张
闪耀造型**



URBAN LADY

**简洁
干练造型**



SWEET GIRL

**甜美
活泼造型**



装扮「从头到脚」完全攻略!

统统送上,帮助你成为夏日里完美的牛仔美人。

HOLIDAY PRINCESS

可爱度假造型

发型设计

半长发型是今夏女孩们的首选。健康而活泼,充满休闲度假的感觉。

时尚亮点

颜色亮丽的衣服,是今年的主流。适当露肤让人显得俏皮可爱。

个性特征

学习或工作时努力,和朋友们玩时全情投入,是活泼的“开心果”。

橘色让人看起来精神百倍

装饰有可爱玻璃心的腰链

水果糖一样颜色的手提包

9厘米高跟的简洁款式凉鞋

MODERN QUEEN

摩登个性造型

发型设计

发型和颜色不拘泥于传统,将前面头发分别梳向左右是今夏新生。

时尚亮点

非常干练的女孩,稍微多袒露点肌肤可以调节整体造型的平衡。

个性特征

看上去特立独行的女孩子,却可能在表白爱情的时候畏首畏尾。

印有独特印花的时髦上衣

紧紧包裹住双腿的牛仔裤

闪耀金属光泽的细高跟鞋

SUMMER BABY

清爽浪漫造型

发型设计

头发向一边偏分,有一种让人一看就非常简单明了的感觉。

时尚亮点

这个夏天的潮流,就是在看似平凡的着装中加入浪漫元素。

个性特征

是一个男生和女生都很喜欢的女孩,会在不经意间散发女性的魅力。

简约但细节充满女人味的上衣

适合纤细美腿的直脚牛仔裤

烘托浪漫气氛的粉色凉鞋



水蓝色抹胸看似简单,腰部的独特设计却让你展现女性细腻柔美的一面。

牛仔裙的绣边看上去有些粗糙,却散发出难以征服的野性意味和性感味道。



黑色高腰线吊带背心的设计灵感来源于拿破仑时代贵妇们的华丽精致装扮。

运动背心上的红色logo和鞋子的颜色相呼应,通过细节搭配提升美感。



黑白两色的简单搭配因为缠绕在脚踝上的细细鞋带而展现出不一样的女人味。

肩带上的可爱花边和鞋子上的大颗人造宝石是穿出浪漫感的重要元素。

各种牛仔服装的一二亮相，让你仿佛置身世界时尚前沿！
全面采集和
报道
「时装店员热衷的牛仔风格」

时装店员每天都要借助敏锐的眼光来挑选牛仔服装。看看她们有什么让人耳目一新的搭配技巧吧。

山口小姐对拘谨的牛仔的看法

「非正式」的场合穿上它，会呈现一种与众不同的魅力。

「逛商场发现的七分牛仔裤，收紧在胯上，看起来非常时尚。」

「最中意的款式，有一种复古的感觉，上面的金色图案非常酷。」

喜欢何种牛仔装扮？

穿起来会让人感觉很有女人味的牛仔装扮，白色上衣是我的首选搭配。

在正式场合如何搭配呢？

配上一双时尚的高跟鞋，搭配起来会别有一番味道。

选择牛仔时需要注意的几点。

最重要的是适合自己，一定要合身才好，腰部最好是紧贴自己的身体。

收藏让你更有女人味的牛仔服装是

山口小姐的建议

穿着牛仔服装会显得朴素而且自然，配上一款时尚的高跟鞋，你的女人味就会显现出来。

point

学习一些小饰物的混搭技巧，这样你才可以放心地走在时尚潮流的前沿。

双休日去健身房，穿着很厚的衣服也很有乐趣。

Sun

point

今年假期流行穿一条休闲裤上面配吊带背心，稳重而不失性感。

Sat

爱美的女孩出门时，一定要注意佩戴一些适合自己的小饰物啊。

Thu

黑色丝绸后透出隐约绿色，典雅而又不乏神秘气息。

Fri

point

搭配颜色相近的手提包，整体效果给人非常稳重而且干练的感觉。

职业女性偶尔换一下自己的风格，体验另一种滋味。

乖巧的粉色是约会时的致命武器。

point

恰到好处的露肤度是每一个想拥有女人味的女孩的的首选，手提包更添华美。

Wed

牛仔裤上喷有金色漆，和金色首饰相互呼应。

point

社交场合可以尝试一下和自己平时造型不同的风格。

Mon

从事喜爱的工作让人精神百倍

point

工作的时候，因为要长时间来回地走动，所以喜欢无论是穿脱都很方便的牛仔短裙。

point

微微卷起的发型，袒露的双肩，感觉处处都是刚刚好。搭配上绿色手提包更添华丽。

Tue

Tue

工作期间能够活动自如最重要，这也是穿衣时要考虑的问题。

point

浅色的上衣搭配牛仔裤，将衣服系在腰间，让人感觉非常轻松自然。



Denim Q&A

牛仔裤对你意味着什么？

牛仔服装在我的生活中占有相当大的比例，我几乎天天都要穿。

教你几招穿着牛仔裤的技巧。

设计时尚和色彩艳丽的上衣，大胆且有冲击力，很适合搭配牛仔服装。

挑选牛仔裤的几大要点。

首先要看它是否合身，我喜欢选择腰部稍微宽松一些的牛仔裤。



一有独特下摆的牛仔裙会使我自信百倍。



↑这条牛仔裤的裤脚的颜色略微浅一些，穿起来有立体感。



一整体颜色有变化，因为稍微肥大，很适合我这样的身材的女孩子穿。

福田小姐对牛仔裤的搭配心得

永远不会落伍的牛仔裤搭配，黑色T恤是永远不会出错的。



point

黑色的T恤加上一条牛仔裤，腰间一条镶有大颗人造宝石的皮带，特别有个性。

用精彩小饰物打造个性是

福田小姐的心得

每个人都会有适合自己的造型，再随意配一些小饰物，个人风格就会马上呈现出来。

point

上班时，牛仔裤与白衬衫是最好的搭配。加上皮革手提包，精明能干的你马上呈现在众人的面前。

Thu

去谈工作时，这样一身装扮会让你的心情一下子高涨起来。



Wed

高雅的流行搭配和不同风格的项链是每日的必需品。



point

在社交场合穿上黑色长袖上衣显得大方得体，配搭双重项链，感觉活跃了不少。

Sun

这是我最喜欢的一款造型

point

白色无袖小T恤，露出水嫩的肌肤，让我一穿上它就很高兴。



Fri

约会时穿着它有兴奋的感觉。金属光泽最能代表我的心情。

point

这种极为柔软的面料，无论是在约会的夜晚还是忙碌的白天穿，都非常适合。

Sat

逛街要注意鞋子的搭配。

point

因为逛街的时候通常会走很多的路，所以要穿上一双合适的鞋子。



松本小姐对牛仔裤的心得

→虽然是白色，但由于面料好而且厚，所以不用担心会看上去透明，而且显得非常清爽。



款牛仔褲的設計是這

↑布料雖然厚重，但是由於褲兜的特殊設計，讓人感覺非常活潑。

Denim Q&A

牛仔褲對你意味著什麼？

它讓我顯得時尚得體。實際上我在一周里有五天都在穿牛仔褲。

教你幾個穿牛仔褲的竅門。

從頭到腳一定要搭配得平衡，要能打扮得有自己的特色就最好了。

如何選擇牛仔褲的幾個重點。

現在選擇的要點是在褲兜上和整體與臀部顏色的協調上。

Tue

白色牛仔褲是松本小姐出差時的選擇。

point

注重涼鞋和手提包的搭配，全身以白色作為主色調，讓人感覺有一種香檳酒的清新。

point

不去商店上班，穿得比較放鬆，搭配合體造型，看起來清新脫俗。

Wed

去展示會時外面穿一件外套，看上去時尚又不乏端莊。



各種搭配牛仔裝的職業休閒裝是

松本小姐的選擇

戴上粗布帽子，就是另一種風格。每個人戴上都不一樣，嘗試一下屬於自己的那款吧。

Sat

純粹一個懶美眉的模樣，這種裝束現在非常流行。

point

黑色披肩式針織上衣配白色牛仔褲，就是最簡單而又便利的旅行服裝。

Sun

在店裡上班，這種裝束會給人親切的感觉。

point

紅色帽子是整體搭配的亮點，藍色牛仔褲、白色T恤搭配同色的牛仔背心十分協調。



Fri

夏夜穿上這身去玩再適合也不過了。

point

个性的气质，惹人的造型，夏夜穿這身衣服去玩再適合也不過了。



Thu

和朋友們一起去玩的時候，展示可愛又嬌俏的笑容。

point

瀑布似的上衣和纤细的牛仔褲形成反差，氣氛一下子就烘托出來。



Mon

去海邊度假時穿一身輕松的衣服，露出美麗的肌膚，看上去特別可愛。

point

戴一個帽子防止陽光，再背上一個有旅行感覺的包包，是不是顯得休閒啊。



「止汗·抑菌·香氛」三合一



MENTHOLATUM

HANDS UP!

百分百冰爽女孩

曼秀雷敦 BODYICE 乐碧止汗香体系列

曼秀雷敦 BODYICE 乐碧止汗香体系列集「止汗·抑菌·香氛」三合一功效，随时替新一代活跃的你摆脱汗湿的烦恼。告别汗味，令你整天保持清新冰爽。BODYICE 乐碧备有「清新」、「自然」、「活力」与「花香」四款香氛喷雾装，小巧随身带，冰爽自信，一触即发。还有走珠瓶装，在出门前或沐浴后使用，冰爽效果更持久。

全新男士止汗系列，冰爽清凉，保持皮肤长时间舒爽，「随身冰爽」不再是女孩子的专利。

这个夏天，有了曼秀雷敦乐碧，冰爽无忧！



(1992) 卫妆准字 29-XK-0649

www.mentholatum.com.cn

比基尼五大麻辣诱惑



夏日海滩首选
POPSURE
绝对新鲜比基尼
流行速报!

摄影/桑崎まこと 造型/稻葉美紀 发型/化妆/信沢Hiroshi(V.A.S.P.) 模特/葛冈碧
飯島小百合 山内麻美
火热的艳阳、雪白的沙滩、碧蓝的海水……又到
了海滩美眉们争奇斗艳的季节。今年的比基尼将以什
么样的风情登陆夏日海滩，博取万千宠爱呢？现在来
揭晓美丽答案！

清爽的彩色条纹
引发出美丽联想
一分外清爽的彩
色条纹，带你重
返天真烂漫的童
年时光。

比基尼麻辣诱惑★01

白地鲜艳 条纹图案

今年的条纹图案多以白色为底色，给人
以清爽之感。穿上如此可爱的比基尼走在雪
白的沙滩上，立刻从人群中脱颖而出。



CHECK!

今夏的流行色，粉、橘、蓝

用糖果色彩凸显甜美气质，这三种糖果般的颜色拼组起来就是今年最流行的比基尼。

穿上条纹比基尼
绽放灿烂的笑颜
↑色彩绚丽的比基尼，让人心动不已。

与海与天相映成趣的蓝×绿

→在都市里拘束了那么久，来放松一下吧！



条纹的存在感UP

↑写意浪漫的条纹比基尼。
(左) 暖色调条纹比基尼。
(右) 冷色调条纹比基尼。



柔美的粉橘色条纹比基尼！

→新鲜悦目的粉橘色比基尼，大大提升你的魅力值。

棕色镶边设计异常醒目

→棕色镶边设计与美丽的橄榄色皮肤互相映衬。



蓝白色条纹平添活力

↑比基尼胸前的锚形图案十分醒目。



白色小圆点为宽条纹增加情趣

→宽条纹上的白色圆点，具有假日情调。

系带设计新款比基尼

今年的比基尼较多采用了系带设计，令海滨变得妩媚起来。

CHECK!

诱人的亮片装饰

去赴海边约会，不妨索性再大胆一些，比基尼上点缀的亮片装饰，在阳光下闪闪发亮，定会牢牢吸引他的视线！

发光源在这里



发光源在这里

闪烁的点点金光
既浪漫又性感

↑ 橘黄色和金色的亮片装饰，为橘色比基尼增添华美感。



发光源在这里



发光源在这里

嫣然回首间
惊现金色华彩

↑ 金色细链与亮片装饰与黑色底色相映成趣。

镶亮钻字母装饰
打造新牛仔比基尼

↑ 耀眼的亮钻字母装饰，令牛仔比基尼更显优雅。

白色也可以
异常夺目出彩
↑ 在纯白底色上
点缀了不同深浅
的蓝色水钻。



发光源在这里



圆点图案比基尼
如霓虹灯般绚烂

↑ 五颜六色的圆点冲淡了白色固有的膨胀感，当然不会显胖！



复古浪漫的眼镜形比基尼

↑ 眼镜形比基尼设计，颇有一番法国老电影的味道。



红白相间的配色
释放热情与活力

→ 在比基尼胸前的黄色蝴蝶印花，体现巧妙构思。



与健康肤色相衬的黑地彩色圆点图案

↑ 底色为黑色的彩色圆点图案比基尼，自然显现纤瘦体态。



圆点图案与饰带
齐齐在此亮相

↑ 胸前打结设计分外性感，泳裤上的小蝴蝶结饰带十分可爱。

比基尼麻辣诱惑★03

动感圆点图案

充满动感的圆点图案在今夏大行其道。无论是五颜六色的大圆点图案，还是精致典雅的小圆点图案，都令人不忍转移视线！

清朗® 半年型

博士伦
BAUSCH & LOMB

夏

融合经济舒适 尽显清新健康

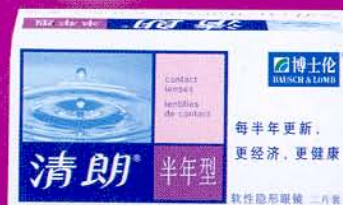


超薄无静电 防干透氧



宛如夏天碧水，冬天冰凌，

清朗半年型隐形眼镜带来非凡的清新配戴感受。超薄无静电材质，凝聚卓越工艺，镜片透氧、防干、清洁，时刻保持眼睛滋润。每半年更新，配合视力改变周期，更是物尽其用，健康又舒适。



半年型
隐形眼镜

北京博士伦眼镜护理产品有限公司 北京市崇文区幸福大街37号
咨询电话 (010) 67100055 京医械广审(文)200403024号 请在医生指导下使用 广告

比基尼麻辣诱惑★04

热带风情 图案

今夏，热带花卉与热带植物图案被广泛运用于比基尼的设计中，令整个海滩弥漫假日气息，释放无限激情与生机。

蓝色调的花卉图案
出现在比基尼上
尽情体味清爽感觉

一泳裤上的可爱蝴蝶结与清凉的配色，让你成为夏日水美人！



可爱又抢眼的南国图案
你就是海滩代言人！

一夏威夷风格的图案成为视线聚集的焦点。因为你，夏日热情急剧升温！



！上下装分别
采用不同的色
调和图案，搭
配出别样美丽。



一色调柔和的小花图案比基尼，于不经意间流露甜美，让你成为真正的海滩皇后！



玫瑰红色与可爱褶边
合力打造性感女孩

一层层叠叠的可爱褶边
将胸前点缀得花团锦簇

比基尼麻辣诱惑★05

吸引眼球的霓虹色

在都市里受困已久的情绪，因为拥有了霓虹色的比基尼而开朗起来。要成为最炫的沙滩女孩，就大胆地选择艳丽的霓虹色吧！



一饰有蝴蝶结的上装与裙式下装形成可爱装扮



一在黄色底色上压印银色字母与图案，炫上加炫。



一明丽的荧光黄色，让人活力十足。

ReNU 润明
MultiPlus 新概念
除蛋白全护理液

博士伦
BAUSCH & LOMB



全面护理

全天舒适

护理液侧重个别功能，就无法达到全天的配戴舒适，因此全面护理才是关键，除蛋白、杀菌、滋润，缺一不可。润明免揉搓全护理液，HDP三效出击，一次完成全面护理，更有99.9%杀菌保证。不必揉搓，镜片持久舒适。



新功能
免揉搓

RH分子 去除蛋白 DD分子 润眼杀菌 PP分子 润眼保湿

北京博士伦眼视光护理产品有限公司 北京市昌平区生命科学园197号 咨询电话010-67190066
国药准字2002第3220094号 京医械广字(2002)第0023号 产品注册证号:京械注准20020023

热带风情的泳装组合 怎能不令人为之心动

→ (左) 挂脖式椰树图案比基尼。
(中) 甜美的粉色热带花卉图案比基尼。
(右) 蓝色海滨风景图案比基尼，打造性感女孩。

热带印花 泳装

充满热带风情的印花图案
绽放在今季的泳装上，散发别
样的迷人魅力！



绿叶尽情舒展
展现热带风情

一明丽的色彩与舒展的
图案，令人赞叹不已。
比基尼 145元 328元。



浓郁无法拒绝
花朵绽放的美丽

一浓艳的花朵，兀自吐
露诱人的芬芳。连体泳
装 145元 168元。



椰树与蓝色花朵的组
合，充满童趣。比基尼
145元 328元。



娇艳欲滴的色彩
犹如瑰丽的画卷

一绝丽的大花设计，
更为你添加性感！比
基尼 145元 240元。

HOT SUMMER 新款新色一网打尽

泳装美丽33式

文/River 协助/果冻橙子 人物摄影/
桑崎まこと 静物摄影/关英伟 (ja工
作室) 造型/稻葉美紀 发型&化妆/信
沢 Hitoshi (V·A·S·P) 模特/葛网
碧、飯島小百合、山内麻美 品牌鸣谢/
安莉芳、FAP、热浪、洲克、浩沙、耐
克、夏之恋、COCOLULU 商场鸣谢/
北京君太百货、中友百货、东方新天地
运动100

又到泳装大秀的季节，热带印花、霓虹色调、圆点图案、亮片装饰、条纹图案是今夏泳装设计的5大Hot点。真想拥有一款，好让自己也成为海滩上最靓丽的一道风景！



8式

醒目的色彩对比
为泳装添加动感

一运动款式打造海滩活力女孩泳装/夏之恋
238元



9式

一胸前的抽绳设计分外可爱/比基尼/FAP 288元
项链/COCOLU 75元



10式

鲜亮的荧光绿
自然十分醒目

一全身充满糖果的香甜气息/比基尼/Ag 388元
项链/COCOLU 75元



11式

用最甜蜜的色彩
来吸引你的视线

一系带上的串珠设计增添俏皮皮感/比基尼/Ag 238元



霓虹色调泳装

因为拥有了艳丽的霓虹色调的泳衣，拥有快乐也变成了一件简单无比的事情。

12式



13式

明艳橘色泳装
如同胜出的冠军

一橘色让你充满自信/连体泳装/耐克 388元
泳镜/夏之恋 165元



14式

鲜艳的柠檬黄
最具张力与活力

一柠檬黄总是让人无理由地感到快乐/比基尼/热浪 468元



15式

橘黄色+紫色
搭配出节奏感

一双色设计新颖别致吸引众人视线/比基尼/安莉芳 468元

娇艳的玫瑰红 要为爱情加油

一在上装胸前的蝴蝶结装饰，起到聚集视线的作。

圆点图案泳装

充满跃动感的圆点始终堪称经典。不同的圆点设计，制造不同的表情。

16式

鲜艳的配色女人味十足

→ 条纹镶边与圆点图案相得益彰，想不被别人注意都难！



红白组合的圆点强调出度假感，情变得无比灿烂。比基尼/COCO LILU 592元。

17式



缤纷错落的圆点让人联想起彩糖。

18式



19式



彩虹效果的圆点如童谣般美丽！

20式

放射状圆点排列制造出特别效果



放射状圆点排列形成极富现代感的设计，连身泳装/夏之恋 160元。

21式

精美的亮片如同折射彩虹的雨露



→ 色彩斑斓的印花图案与亮片装饰完美结合。比基尼/LA 428元。

22式

小面积的亮片装饰大大地提升时尚度



→ 时尚度的提升只因装饰在胸前的亮片点缀。比基尼/洲克 158元。

亮片装饰泳装

钻石般璀璨的亮片装饰闪亮登场，只需小小的点缀，就可为泳装增添奢华感。

25式



23式

像夜空中的星辰散发优雅的气质



→ 于颈部开始向胸前散落的亮片，异常动人。连体泳装/安利芳 1098元。

24式

将精美的亮片点缀于花朵旁



→ 闪亮的红色亮片分外动人。比基尼/PA 388元。泳装/夏之恋 160元。

亮片字母装饰为你的魅力加分

→ 可爱的色彩再加上闪烁的字母装饰，活力十足。

渐变的彩色条纹 打造海滩Ray女郎

→腰间的棕色绸带
成为整套比基尼迷
人的装饰亮点。

26式



条纹图案 泳装

明艳条纹是时下
泳装强调的新主题，
充满变幻感的条纹，
更带来清爽与愉悦。



27式

以彩虹为灵感
成就渐变设计

将彩虹穿在身上，心情
如雨后的天空般晴朗。比
基尼/连沙/680元



28式

胸前的抽褶设计
为海滩美女而做

一变化化的设计，因明
丽色彩而更吸引人。连体
泳装/夏之恋/380元



29式

不规则条纹图案
如同水波般荡漾

→不规则条纹给人带来水
波般的柔和感。连身泳装/
夏之恋/280元



30式

条纹与小点的结合
产生柔和的视觉效果

→白色小点存在令彩色
的艳丽感得以减弱。比基
尼/COOLU 517元



31式

充满韵律感的条纹
让心情变得分外舒畅

→白色小点的排列使彩色
条纹更活泼。比基尼/
COOLU 220元



32式

蓝白相同的条纹
为清爽做代言人

→给你置身于水中的清
爽感。比基尼/耐克/160元
泳镜/夏之恋/160元



33式

如同阳光般灿烂
条纹自有神奇力量

→充满活力的色彩搭配
为夏日增添一份热情。比
基尼/夏之恋/160元

opera

娥佩兰/东京

您的粉刺护理正确吗?

- ✓ 不能将彩妆及皮脂等污垢从毛孔里清除
- ✓ 没有让化妆水充分浸透肌肤
- ✓ 洁面后立即使用乳液或面霜



卫妆准字-80-XK-0051号

日商独资 碧雅诗化妆品有限公司
杭州市梅花碑8号 邮政编码:310009

北京垂询电话: 010-64256168
: 010-64262704
广州垂询电话: 020-83880606
上海垂询电话: 021-62702650
: 021-62763404

重庆垂询电话: 023-63843158
: 020-83880606
杭州垂询电话: 0571-87818570
: 0571-87818569

成都垂询电话: 028-86713995
武汉垂询电话: 027-85489083
沈阳垂询电话: 024-22920923
福州垂询电话: 0591-7509033

大连垂询电话: 0411-82390791
无锡垂询电话: 0510-2769207

娥佩兰净透斗痘护肤系列为您量身定做 防止粉刺反复生成， 使皮肤保持健康状态

- 可以彻底去除彩妆及皮脂污垢的洁肤卸妆霜
- 通过补充水分提高肌肤抵抗力的精华水
- 化妆之后随时随地使用的斗痘无痕精华
- 不含任何油分，因此可防止毛孔内油脂堆积

那么，粉刺是怎样形成的呢？

粉刺是因粉刺菌在皮肤中繁殖而形成的。那么粉刺菌在什么样的情况下才会繁殖呢？首先，是因皮脂等污垢的残留而引起。其次，由于肌肤内水分不足，为提高皮肤自我防御能力皮脂大量分泌，从而在毛孔内堆积，变成粉刺菌繁殖的温床。另外，由于肌肤内部水分不足，使细胞的新陈代谢紊乱，角质变得肥厚，使毛孔堵塞，粉刺菌在其中繁殖就成了粉刺。

粉刺好了，但过一段时间又复发，这是为什么呢？

粉刺护理用品只能暂时治疗粉刺，但过一段时间又会复发…。您是否有过这样的体验呢？这是因为皮肤又回到易生粉刺的状态。

- 不能将彩妆及皮脂等污垢从毛孔里清除
洁面不彻底，使皮脂和粉底残留，在毛孔内堆积，导致粉刺菌滋生，从而引起粉刺。
- 没有让化妆品充分渗透肌肤
肌肤内部水分不充足，引起皮脂分泌过剩堵塞毛孔，并引起细胞的新陈代谢紊乱，角质变得肥厚，使毛孔堵塞，粉刺就容易生成。
- 洁面后立即使用乳液或面霜
乳液、面霜等含有油性成分的产品的作用本来就是在用化妆品给肌肤补充水分之后，防止水分蒸发。补充水分之前使用就会使肌肤表面形成油膜，并可能会使毛孔堵塞，并且，油性成分给粉刺肌肤带来负担，粉刺菌很容易繁殖。

塑造远离粉刺困扰的完美肌肤，简单护理新习惯。 净透斗痘护肤系列。

为了塑造远离粉刺困扰的完美肌肤，采用无油型保湿成分，远离油分，给肌肤以充足的水分。

- 可以彻底去除彩妆及皮脂等污垢的洁肤卸妆霜
本产品不仅可以洗净引起粉刺生成的多余皮脂、粉刺菌、汗水和老化角质等污垢，还能将通常洗脸时无法完全清除的，残留在毛孔深处的皮脂污垢及彩妆彻底洗净。洁面后感觉清爽，毛孔收缩，使皮肤远离粉刺困扰。
- 通过补充水分提高肌肤抵抗力的精华水
集化妆水和美容液功能于一身的精华水，在为肌肤补充水分的同时，药物成分渗透肌肤，有效地提高肌肤对粉刺的抵抗力。
- 化妆之后随时随地使用的斗痘无痕精华
能有效地改善已有的粉刺，在化妆之后随时随地可使用的集中护理产品，预防粉刺恶化，控制炎症，避免留下粉刺痕迹。
- 不含任何油分，因此可防止毛孔内油脂堆积
全部产品采用无油配方，对肌肤不造成负担，防止毛孔堵塞，塑造远离粉刺困扰的完美肌肤。

中医学和日本高科技护肤技术的完美融合， 使其拥有非凡的效果

根据中医学理论，调配了对粉刺具有良好效果的中草药成分，同时运用日本高科技护肤技术，成功地将两种高性能汇集到一种产品之中。除对产生粉刺的粉刺菌有抗菌作用外，还具有抑制皮脂分泌，保湿，促进新陈代谢的保湿美容效果。为您塑造远离粉刺困扰的完美肌肤。



新上市

娥佩兰
净透斗痘洁肤卸妆霜(粉刺皮肤)

100g 45元

新上市

娥佩兰
净透斗痘精华水(粉刺皮肤)

110ml 55元

新上市

娥佩兰
斗痘无痕精华

15g 60元

商品名	配合成分
娥佩兰 净透斗痘洁肤卸妆霜(粉刺皮肤)	迷迭香精华液 黄柏精华液 维生素A.C.E 天然芦荟精华液
娥佩兰 净透斗痘精华水(粉刺皮肤)	迷迭香精华液 月丁香精华液 黄柏精华液 粉花绣线菊精华液 维生素A.C.E 天然芦荟精华液
娥佩兰 斗痘无痕精华(粉刺皮肤)	黄柏 黄连 黄芩 苦参 茯苓 杏仁 川芎 当归 迷迭香精华液 水杨酸

迷迭香精华水：抗菌作用(对作为粉刺成因的粉刺菌有效)、补充水分、收敛效果

黄柏精华液：抗菌作用、清除皮脂、去除活性酸、镇静作用

黄芩：消炎抗菌作用、预防粉刺作用

苦参：抗菌作用、抑制粉刺菌活性作用

茯苓：镇静作用、保湿作用

杏仁：柔软角质作用、保湿作用、抑制黑色素产生作用

川芎：防止粉刺粗糙作用

当归：促进血液循环作用

水杨酸：具有溶解堵塞毛孔的皮肤的作用

维生素A.C.E：促进角质代谢、赋予肌肤活力与透明感、使皮肤细嫩健康

天然芦荟精华液：使肌肤凉爽光滑

月丁香精华液：具有在皮肤表面形成保湿膜的作用，保湿时间长，作用时间久

粉花绣线菊精华液：抑制皮脂分泌，使肌肤变得光滑平整

黄柏：抑制皮脂分泌，使肌肤变得光滑平整



日本超級名模
平川 由梨

娥佩兰 净透护肤系列

- 净透斗痘护肤系列能改善肌肤暗淡，使肤色明亮透明，只需两个简单的护肤步骤即可实现双重洁面双重补充。
- 出现肌肤粗糙、皮脂分泌过剩、局部困扰等情况时，请配合使用集中护理产品。
- 只有根据个人肤质选择适合的护肤品才能更有效地发挥其功效。因此推荐在柜台接受肤质诊断，选用适合您肤质及肌肤状态的产品。

干性~混合性皮肤 油性~混合性皮肤 干燥~小皱纹护理用 重点部位护理用 毛孔、皮肤改善用



1. 娥佩兰 净透柔润洁肤卸妆乳(干性~混合性皮肤) 100ml 45元
2. 娥佩兰 净透柔润精华水(干性~混合性皮肤) 110ml 55元
3. 娥佩兰 净透清润洁肤卸妆露(油性~混合性皮肤) 100ml 45元
4. 娥佩兰 净透清润精华水(油性~混合性皮肤) 110ml 55元
5. 娥佩兰 净透集中活肤乳 80ml 60元
6. 娥佩兰 净透集中洁肤霜 40g 60元
7. 娥佩兰 眼部修护眼霜 18g 70元
8. 娥佩兰 护唇精华液 10ml 35元
9. 娥佩兰 矿物收敛敷面膜 120g 60元

所列价格为厂家推荐价格

扮靓从
了解你的
衣橱开始

为什么总觉得没衣服穿？我的衣橱出什么问题了吗？

你缺少的那件

你的衣橱是否也有“偏食”的毛病——虽然是满满一柜子，但大都是一个类型后却发现它和自己已有的衣服完全不搭调，就此把它束之高阁。现在和《瑞丽》一服搭配出你的风格。

衣橱测试 1

如果你的衣橱类似下面的风格，你就是——

简约实用派

Simple & Practical

↓ 针织开衫。



← 还缺什么？



↑ 针织上衣。



↑ 手提包。



社会身份：受过良好教育的OL，不论从事什么职业，对自己的时尚审美很有自信。

穿衣喜好：追求能在工作 and 休闲之间达到完美平衡的实用穿衣风格。

购衣偏好：购买的大多数衣物为简约的款式，似乎不缺任何衣服。

你最可能遇到的“缺衣”场合：需要稍微隆重着装的场合，如参加朋友婚礼，出席公司招待宴会等。

建议你补充的衣物 见154页

→ 裙子/Etam 249元，凉鞋/ST&SAT 499元，项链/北京攻略 300元。

衣橱测试 2

如果你的衣橱类似下面的风格，你就是——

都市干练派

Urban & Capable

↓ 还缺什么？



→ 西装。



← 衬衣。



↑ 手提包。



社会身份：在对着装有严格要求的公司工作，工作是其生活的重心。

穿衣喜好：买衣服时总会不由自主想到上班能不能穿。

购衣偏好：除了穿正式套装和衬衫外，连休闲衣物也带有办公室的干练味道。

你最可能遇到的“缺衣”场合：真正的休闲运动场合，如和同事、朋友一起去爬山、打球等。

建议你补充的衣物 见155页

↑ 上衣/avv 230元，裤子/翠贝卡 435元，凉鞋/vofoun 430元，包/TOM TAILOR 389元。

衣服是什么？

的衣服。到关键时刻要出门了对着衣橱发愁，匆忙出门买件衣服救急，穿上起做个衣橱分析，看看你最可能缺的是哪件衣服，拥有后又如何与现有的衣

策划&执行/Zhao Lynn 协助/肖荣 人物摄影/张皓(菲林制造) 静物摄影/正伟(菲林制造) 化妆&发型/王晓艳(高波工作室) 模特/史炜(瑞丽专属)、班嘉佳、雷梅琳、张言 插图/张雯 狗模特/Freki(迷你雪那瑞) Charlie(哈士奇) 品牌鸣谢/MORGAN, ST&SAT, VERO MODA, GIVH SHYH, MK KLEIN*, TOM TAILOR, Etam, 翠贝卡, a.v.v., ofoun, KUHLE, ONLY, ELLE, JASONWOOD 商场鸣谢: 北京君太百货, 北京攻略

衣橱测试 3

如果你的衣橱类似下面的风格，你就是——

校园休闲派

Casual & Sweet



←T恤。

↑还缺什么？

↑手提包。

↑牛仔裤。

社会身份：学生或者是在对着装没有严格要求的单位工作。

穿衣喜好：有着学生似的穿衣喜好，喜欢轻松、休闲、可爱的服饰。

购衣偏好：喜欢购买休闲类的衣物，比如牛仔、T恤。

你最可能遇到的“缺衣”场合：需要较正式着装的时候，如参加学校讲演，面试、重要公司活动等。

建议你补充的衣物

见156页

衣橱测试 4

如果你的衣橱类似下面的风格，你就是——

摩登个性派

Modern & Cool



←背心。

↑还缺什么？

→牛仔裙。

↓手提包。

社会身份：学生或从事自由职业等可以给穿着带来很大空间的工作。

穿衣喜好：喜欢流行及个性化的穿着，追求与众不同的酷感。

购衣偏好：喜欢购买时尚而高调的潮流衣物。

你最可能遇到的“缺衣”场合：需要低调出现的场合，如第一次见男朋友妈妈的时候。

建议你补充的衣物

见157页

↑上衣/VERO MODA 179元 裙子/MORGAN 750元 凉鞋/ST&SAT 369元 项链/北京攻略 210元 手镯/北京攻略 300元 包/MORGAN 赠品

↑上衣/GIVH SHYH 920元 裙子/GIVH SHYH 660元 凉鞋/ST&SAT 369元 项链/北京攻略 500元 手镯/北京攻略 绿色1200元 粉色300元 墨绿色1200元 黄色1200元 包/MK KLEIN* 260元 腰带/TOM TAILOR 199元



♥ 层叠的仿珍珠项链，展现华丽风情。

带着鲜花去参加好友的婚礼，我是不是下一个新娘呢？
项链/北京攻略 780元，手链/北京攻略 780元，手包/

建议简约实用派补充

简洁经典的小礼服

小礼服简单但精致，不会过于隆重，搭配华丽的首饰可以增添隆重感，搭配日常的简约衣物又适于平时穿着。

镶嵌闪亮珠片的经典款式

小礼服/GIVH SHYH 1080元。

搭配简洁的针织开衫

小礼服的华丽被遮掩，优雅仍然保留，适于平日穿着。项链/北京攻略 210元，针织开衫/a.v.v 230元，包/olun 230元，凉鞋/olun 430元



无肩带设计

颈部有足够的空间来佩戴华丽的项链，提升着装隆重感。

高腰线设计

强调胸部线条，作为礼服，展现性感的元素必不可少。

复古圆点图案

设计师总喜欢用这种图案表达淑女气质，同时也展现女性柔美的一面。

经典黑白搭配

公认的品位配色方案，即使在平日穿着，黑白对比也让衣着不失活泼。

精致的细节

简约的款式要想体现豪华感，点睛之处就是细节设计上的精致和华美。

恰到好处的珠片

闪亮的珠片镶嵌太多虽可以提升华丽度，平时却不好穿，适度才是聪明之选。

柔和的色彩

艳丽的小礼服在PARTY里虽抢眼，平时穿就有些夸张，柔和的色彩更实用。



小礼服/北京攻略 880元。

搭配休闲感配饰

没有了耀眼首饰的陪衬，这样的款式搭配草编提包，展现轻松的一面。项链/北京攻略，450元 包/a.v.v 260元，凉鞋/ST&SAT 499元。

散发淑女气质的性感款式

冷静的线条

看似简单的线条体现优雅感，平时穿着又可以搭配针织开衫等简约款式。

♥ 晶莹剔透的白水晶项链，优雅而华丽。

出席公司宴会，优雅美丽的你，成为宴会上的亮点。

项链/北京攻略 300元。





白色线条图案与白裤子相呼应。

1 帽 / ELLE 180元。

建议都市干练派补充

时装化的运动装

真正的运动装不易搭配你衣橱里的其他衣物，但时装化运动装既发挥了运动衣的功能，又适合平时穿着。

1 运动鞋 / a.v.v 260元。

休闲款运动鞋

复古的时尚设计

立领和横条纹散发出些许复古味道，适于简洁的裤装。

搭配简洁的裤子

一休闲式运动T恤正好配合裤子的简约线条，既保留你的干练气质又舒服自在。凉鞋 / oton 430元。

1 T恤 / ELLE 180元。

收腰的窈窕款式

不要肥大的运动衣，合体的剪裁展现纤细的腰部线条。

时装化运动衣

搭配休闲条纹衬衣

一有时装感的运动裤不见得只能配运动衣，这样穿，让你在工作的同时一样轻松自如。项链 / 北京攻略 210元，衬衫 / TOM TAILOR 259元。

1 短袖 / ELLE 260元。

鲜艳的色彩

让运动时更有活力的颜色，平时又可搭配浅色下装。

衬衫式领子

马球衫的衬衫式领子，显出特有的文雅味道。

时尚感运动裤

1 运动裤 / ELLE 260元。

边缘褶皱设计

融合传统皮鞋的元素，除了运动时穿还可以搭配休闲裤装。

运动鞋的功能

胶底，透气面料，运动鞋的功能一样不少，是运动的好装备。

百搭的纯白色

柔和的白色体现纯美感，又非常容易和其他简洁干练的服装搭配。

时装元素的细节

裤子上的拉链和装饰带，让运动裤也有了时尚气息，平时穿也不错。

一身漂亮的运动打扮让你活力倍增。

1 帽 / ELLE 180元。

红白两色搭配让你成为运动场的焦点。

♥ 鲜嫩的浅黄色尽显你的年轻朝气。

等待面试的你有些紧张吧，幸好得体的着装让你觉得多了一分把握。

1 项链/北京攻略 260元，背心/KUHL 79元。

建议校园休闲派补充

半正式套装&衬衫

半正式的套装和衬衫在出席正式场合时穿一整套显得高雅得体，因为加入了时装化的元素，分开来也可以和其他衣服搭配。

突破传统的衬衫

→ 衬衫/KUHL 229元。

搭配可爱的下装

↑ 袖口的荷叶边与裙摆呼应，立时呈现你喜欢的可爱感觉。@MK KLEIN 280元。

上下呼应的款式

套装是出入正式场合最经典的款式，应强调上下呼应。

柔美的颜色

放弃刻板的套装颜色，柔美的颜色让你平时也可以穿着。

新颖的剪裁

不同于一般西服上衣的剪裁，让服装更具设计感。

时尚的细节设计

袖口的细节注入时装元素，搭配牛仔裤也可以。

线条柔和的领子

正式衬衫的硬挺领子过于成熟，选择更柔美的款式吧。

可爱的细节设计

袖口的荷叶边散发着可爱味道，令整体穿着不显呆板。

百搭的白色

白色体现女孩子文静的气质，与其他衣服也容易搭配。

七分袖款式

比正规衬衫更活泼的款式，便于搭配休闲衣物。

♥ 文雅兼具可爱的打扮是高人气的保证。

「在讲演前再背一遍稿子吧。」其实你知道自己已经记得很牢了，在台上一定会绽放光彩。

↑ 项链/北京攻略 182元。

搭配休闲牛仔裤

↑ 上衣/GMH SHYH 880元，裙子/GMH SHYH 760元。

↑ 一套上衣搭配牛仔裤，仍然是你的轻松风格。牛仔裤/ONLY 249元，腰带/MK KLEIN 130元。

设计感强的套装



♥ 白衬衫让你的打扮显得内敛低调, 多了分文雅。

第六感告诉你刚进来的一定是他妈妈, 你在心里期望着她会喜欢自己。

建议摩登个性派补充

简洁的基本款服装

这类衣物可以调和平时衣物过于高调的感觉, 和其他配饰一同搭配你的时髦衣服, 同样可以衬托出你原有的时尚气质。

↓ 衬衫/a.v.v. 130元。

基本款
白衬衫



搭配摇滚风格上衣

→ 在米色七分裤衬托下, 抢眼
的提包和露肩T恤, 让你
仍然成为令人瞩目的焦点。
包/VERO MODA 299元, 露
肩T恤/ONLY 229元。

最简洁的线条

没有一丝多余设计的白衬衫, 像白纸一样留给你发挥的余地。

朴实的纯棉质地

天生具有亲和力的纯棉面料, 不会抢走其他衣物的风头。

纽扣式前门襟

扣子要比拉链留给你更多发挥空间, 可以穿出各式各样的效果。

合体的剪裁

太肥大或太紧身都会妨碍白衬衫成为百搭衣物, 合体剪裁最实用。

简约的
米色裤子

搭配朋克味超短裙

↓ 七分裤/Earn 109元。

↑ 上下都解开一粒纽扣, 即使穿白衬衫也可以穿出与众不同的时尚味道。凉鞋/VERO MODA 360元, 牛仔裙/北京攻略 280元。

雅致的米色

米色是百搭色彩, 不张扬娇艳, 让你随心所欲地变化造型。

低调的质感

无光泽的低调质感不会像闪光面料那样有过分张扬之感。

极简的设计

没有任何多余的细节, 便于通过繁复的配饰穿出自己的风格。

让初次见面的小狗也喜欢上亲切的你, 原来平时酷酷的你也有柔美的一面啊。

♥ 米色是让人亲切感倍增的颜色。

↑ 手链/北京攻略 480元。

实用的七分裤

七分裤是春夏都可以通行的款式, 拥有一条绝对值得。





“那几天”有了卫生巾“护翼”的保护，却要失去飞一般的自由感觉？！谁说这是必然的，我可以为自己选择o.b.内置式卫生棉条。它由了解女性生理结构和需求的女性妇科专家设计，带来完全内置式的保护，让我根本感觉不到它的存在，舒适又安全。我可以完全抛开“护翼”的束缚，抛开所有的“经期不可以”，毫无顾忌地舒展一跃。我，想飞就飞，自由自在！

摆脱“护翼” 去享受飞一般的自由



我享我自由



我享我自由

来自了解你的 女性妇科专家,当然多一份安心!

谈起o.b.,跟着就是一大堆担心,够卫生吗?够安全吗?会影响健康吗?.....你的问题早在女性妇科专家的考虑之中了。确实,还有谁比她们更了解女性的生理结构呢?o.b.经过她们的精心设计和不断改良,更由权威机构中华医学会认证,给你放心的医学保证。而且每条o.b.都经严格的质量控制,卫生指标达到国际标准,并以塑料薄膜密封独立包装,放置时,特别备有消毒过的塑料纸套。欧美临床结果和欧美女性长期使用结果显示,卫生棉条不会助长细菌的滋生,对女性的健康是安全可靠的。

你也不必担心棉条会阻塞经血,当o.b.吸收饱和后,经血不会聚积在体内,而会通过棉条流出体外,这时就需要及时更换。未婚女性也可以放心使用,因为o.b.的直径小于处女膜中间的小孔,即便棉条吸收膨胀后,也可以轻松从小孔里通过。

妇科专家给你全面的安全卫生保证,“那几天”享受自由,可以完全安心啦!



自由假期“无价送”

想让经期变假期,只需于2004年12月31日前拨打免费热线800-8208810,即可获赠o.b.体验包(含量少型4条及便携盒1个),以及《自由假期》全方位指导手册一份。自由自在尽显其中,让你无价享受。

每人限额一份。赠品送完即止。

Mir

「晶莹剔透的水钻颗粒，能轻松抓住众人的视线。」
心形耳环\SWAROVSKI 850元，银戒指\Folli Follie 924元，手链\TOKIO MESSAGE 172元，手镯\TOKIO MESSAGE 420元。



「简洁优雅的饰品组合，恰到好处地渲染出魅力。」红色项链\Oxette 1398元，红色耳环\Oxette 618元，手链\Oxette 988元，吊带\TOKIO MESSAGE 380元。

Magnify

夸张&混搭

夏日露肤装的最佳搭配当然是各式饰品。今年夏天的首饰有哪些特别之处呢？夸张造型的饰品处于流行前端，混搭的手法被扮靓高手频频使用。的确，美丽“饰”件正在发生。

今夏有「饰」发生

策划&执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/张皓、王伟（菲林制造） 副理/化妆&发型/名家之人、阳莉（阳莉造型） 模特/妮卡 品牌鸣谢/Folli Follie、Oxette、Club X、艾尚、Native、TOKIO MESSAGE、蓝海源、SWAROVSKI、星空、田崎真珠、Swatch、德芝、Carol、E.J.S. 特别鸣谢/北京莱百新世纪商场、北京庄胜崇光百货商场、北京首都时代广场（产品价格以柜台价为准）

PART

1

越大越炫越美丽

为了配合大面积裸露肌肤的清凉着装，体积夸张巨大，造型简约华丽的首饰将成为潮流先锋的必备饰品。



- ① 可爱度一流的木珠手链。木珠手链/碧芝 495元。
- ② 醒目的天蓝色带来好运。蓝色戒指/Swatch 560元。
- ③ 活跃气氛的圆圆图案。圆圈吊坠/Swatch 480元。
- ④ 清凉感十足的主题戒指。透明戒指/Swatch 330元。
- ⑤ 好似童话里走出来的魔法手链。梦幻珠手链/碧芝 1480元。
- ⑥ 显露不凡的设计感。捷克水晶胸针/碧芝 248元。

♥ 超大而有趣的外形



↑ 令人沉醉于精巧的外形。戒指/Swatch 365元，心形戒指/Swatch 330元。

artificiality
我爱人造美

以玻璃、塑料、木质为主的大型戒指和项链等饰品纷纷登场，营造出街头一片五光十色的美丽。

♥ 夸张独特的艺术气质



↑ 摇曳生姿的垂坠耳饰。耳坠/Oxette 390元。一巧妙的色彩令人爱不释手。梦幻耳环/碧芝 680元。

可爱的珠串闪耀着迷人的色泽



↑ 不可忽视的耳边风情让人心动。捷克水晶耳环/碧芝 480元，T恤/TOKIO MESSAGE 420元。



童心未泯的设计风格增添好感度

↑ 增添可爱气息的造型设计。彩色戒指/Oxette 980元，T恤/TOKIO MESSAGE 420元。

一不落俗套的造型设计，独具匠心。捷克玻璃耳环/碧芝 680元，贝壳耳环/SWAPOVSKI 1440元。



- ①流行的设计元素十分抢眼。银手链/Folli Follie 505元。
 ②简洁大方的设计造型。X形戒指/Folli Follie 567元。
 ③颇具匠心的造型设计。心形戒指/Folli Follie 1182元。
 ④精致小巧的纯银吊坠。钥匙形吊坠/星空 135元。
 ⑤可爱的卷花戒指。卷花戒指/星空 128元。
 ⑥柔美感一流的小巧戒指。花形钢戒指/Folli Follie 725元。

♥ 纯净而夸大的造型



↑ 闪烁着夺目的光芒。十字架钢手链/Folli Follie 795元。手链/Oxette 1350元。

metal 炫目全金属

以金、银、合金等材质为原材料的大型戒指和项链等饰品，除了散发自由自在的风格，更添加了些许Punk、稍微摇滚的格调。



带柔的造型带出新鲜性感印象

↑ 刹那间迸发出耀眼的光芒。项链/Folli Follie 2482元。抹胸/THE MESSAGE 340元。

♥ 用金属语言倾诉华丽感



↑ 金和银搭配出与众不同的韵律。合金手镯/Italina 159元。花朵手镯/Folli Follie 502元。

- ① 混合出最in的时尚风情。X形金手链/北京莱百新世纪商场。
 ② 可爱百分百的外形设计。蝴蝶结形金手镯/北京莱百新世纪商场。
 ③ 蕴含无限性感的流线型耳环。金耳环/北京莱百新世纪商场。
 ④ 让精致的设计巧妙自然呈现。金戒指/北京莱百新世纪商场。
 ⑤ 镂空式的造型非凡雅致。蝴蝶形金手链/北京莱百新世纪商场。

♥ 水晶光彩无比炫目



- ① 鲜亮的色彩人气急升。心形发簪/星空 128元, 星星形发簪/星空 128元。
- ② 闪烁着清澈的光辉。透明心形项链/SWAROVSKI 850元。
- ③ 最流行的完美呈现! 心形项链/Oxette 406元。
- ④ 新鲜欲滴的可爱造型。粉色桃心胸针/SWAROVSKI 1990元。
- ⑤ 充满异域风情的外形。琥珀耳环/Carol 888元。



↑ 繁复的水晶镶嵌, 造就熠熠生辉的光芒。蓝色十字架项链/TOKIO MESSAGE 新品未定价。粉色十字架项链/SWAROVSKI 1220元。

gem 精彩宝石秀

镶水晶、琥珀及其他宝石的大型戒指和项链等饰品, 在今季散发出别样魅力, 强烈吸引眼球。

♥ 天然琥珀散发自然魅力



↑ 玲珑心思都融入独特的造型和创意中。琥珀吊坠/Carol 1399元, 水晶手链/SWAROVSKI 1380元。



↑ 自然而成的质感备显高贵。琥珀手链/Carol 2999元, 吊带衫/TOKIO MESSAGE 410元。



↓ 构成完美整体搭配。花朵吊坠/Anna 179元。



↑ 水晶的精彩就在瞬间绽放。水晶十字架项链/TOKIO MESSAGE 182元, 吊带衫/TOKIO MESSAGE 410元。



↑ 将整体造型在瞬间点亮。琥珀水滴形耳环/Carol 379元。



↑ 大型琥珀掀起原始冲击波。琥珀手镯/Carol 3999元。

PART 2

一定要混着搭起来



1 错落有致，于奔放的情感中摇曳着好运气。吊带衫/E.I.S 296元，心形耳环/TOKIO MESSAGE 180元，耳坠/TOKIO MESSAGE 120元。

POINT2 不同款式的双重搭配



♥ 搭配要点：
心形耳环+长形链状耳坠

1 小颗粒的美丽水钻精制而成的时尚首饰，拥有它便拥有了这个美好的夏天。心形耳环/Follie 425元，耳坠/TOKIO MESSAGE 120元。



今季，耳环混搭式将会吹起一股“美耳”风。它们或者表现出青春娇艳，或者性感迷人，或者小巧婀娜，引人遐思。双耳在它们的衬托之下，想不妩媚也难。



♥ 搭配要点：珍珠耳环+水钻+耳坠

1 均是依循着多重材质结合的搭配原则，重现简洁式的华贵。白色耳坠/TOKIO MESSAGE 168元，耳环/SWAROVSKI 740元。

♥ 搭配要点：水钻耳环+珍珠耳坠

1 利用圆形的简单元素，透过颇具匠心的球状设计，装点活泼造型。水钻耳坠/SWAROVSKI 330元，珍珠耳坠/TOKIO MESSAGE 120元。

POINT1 同种材质的双重搭配

♥ 搭配要点：金属耳钉+金属耳坠



1 气质源于丰富的内涵，与女性自有的高贵韵味相呼应，永恒而完美。耳坠/艾尚 175元，耳钉/星空 188元。

♥ 搭配要点：水钻耳钉+水钻耳坠



1 为夏日增添迷人色彩。蝴蝶结形耳钉/星空 188元，蓝色耳坠/TOKIO MESSAGE 120元，粉色耳钉/TOKIO MESSAGE 160元。

earbob 耳环



1 蓝色水钻散发出内心的力量与坚韧。蓝色耳坠/TOKIO MESSAGE 新品未定价，银色耳坠/Oxette 590元。

1 美丽、优雅的吊坠闪烁着耀眼的光芒。心形耳环/Oxette 345元，耳坠/TOKIO MESSAGE 120元。



炫要更炫，搭配不当反而显得俗气。技巧无疑是你在今年夏天需要掌握的最流行搭配手法。所以，特别倾心心思的混搭

没错！
我就是M-ZONE人

M-ZONE
动感地带
我的地盘 听我的

我就是M-ZONE人！用短信蔓延快乐，用彩信传播美丽，让彩铃响彻无聊的角落，把游戏当作征服世界的预演，甚至用手机上网去占领超现实的空间——一起来吧，1500万个M-ZONE人兄弟请你加入“动感地带”，无限扩张我的地盘！

“动感地带”（M-ZONE）——我的地盘，听我的！

动感地带精彩业务：



客户服务热线：1860 话费查询专线：1861

www.m-zone.com.cn



↑ 将代表爱情的粉色宝石缀成点点星光，简约中流露时尚特质，于简单中尽显唯美。手表/Oxette 180元，手链/Oxette 1015元，耳环/星空 115元。



↑ 设计师巧妙地抓住了那触动心灵的一瞬间，留下了一场永不落幕的流星雨。金银双色手链/E.I.S 396元，十字架手链/TOKIO MESSAGE 180元。

POINT1

手链的双重搭配

♥ 搭配要点：银质+标识



↑ 曲线如水，纯净而永恒，带给你无限想像空间。花语公主标识手链/TOKIO MESSAGE 120元，心形手链/Club X 220元。

♥ 搭配要点：珍珠+银质



↑ 让整个感觉呈现低调的奢华与复古，是表现独特理念的选择。珍珠手链/Folli Follie 689元，天使造型手镯/艾尚 201元。

POINT2

手链+手表的搭配



♥ 搭配要点：纤巧风格
手表+纤巧风格手链

bracelet 手链

如此多彩多姿的幸运手链，光是在考虑如何搭配上，即可获得许多乐趣，强调出女性的温柔特质。

♥ 搭配要点：
银色手表+银色手链



↑ 简洁大方的整体设计，搭配可自由调整长度的细链，让精致巧妙自然呈现。手表/Folli Follie 998元，手链/Folli Follie 615元。

♥ 搭配要点：几何造型
手表+几何造手链



↑ 纯净内敛的材质让整款更加耀眼，让女性的柔媚气质尽显无遗。手表/Swatch 480元，星星造型手链/艾尚 227元。



↑ 利用线条变化，极简的元素也能展现华丽。蓝色针织衫/TOKIO MESSAGE 390元，彩色手链/星空 20元，粉色装饰手链/TOKIO MESSAGE 120元。

发个鬼脸，
给他点颜色看看

BABY

M-ZONE
动感地带

我的地盘 听我的

我就是M-ZONE人！我爱彩色，我爱彩信；我爱发彩信，我爱收彩信；我爱编辑彩信，我爱收集彩信；我爱编辑我收集的彩信，我爱收集我编辑的彩信。我爱短信，彩信，彩铃，百宝箱，手机上网，我就是爱这一切。要跟我分享这些爱，得做M-ZONE人先。

“动感地带”（M-ZONE）——我的地盘，听我的！

客户服务热线：1860 话费查询专线：1861

www.m-zone.com.cn

动感地带精彩业务：



POINT1

同种元素的双重搭配



♥ **搭配要点：粉色方形 + 粉色圆形 +**
 一在材质上，不再单恋水钻装饰，反而展现了更精致华丽的风格，漩涡形戒指/SWAROVSKI 1100元，方形戒指/SWAROVSKI 740元。



♥ **搭配要点：国王皇冠 + 王后皇冠**
 一别具魅力的形状，配以巧妙的组合，展现复古与华丽兼具的风格。小皇冠造型戒指/蓝海豚 118元，大皇冠造型戒指/蓝海豚 128元。



♥ **搭配要点：三角形 + 十字架形**

↑ 受到简洁艺术风格的影响，轻易展现出截然不同的味道。三角形戒指/Italina 158元，十字架戒指/Italina 118元。



↑ 其外观皆呈几何形，简约明快。大戒指/TOKIO MESSAGE 新品未定价，小戒指/TOKIO MESSAGE 新品未定价。



↑ 营造出一种更为凝练的效果。大戒指/TOKIO MESSAGE 150元，小戒指/SWAROVSKI 1220元。

♥ **多种材质的碰撞激发灵感上的火花**

↑ 用细节捕捉众人目光的女性，永远走在时尚的前沿，快不羁地注解着浪漫与温情。吊带衫/TOKIO MESSAGE 320元，戒指/Oxette 590元，星果造型戒指/星空 85元。

Ring 戒指

时下流行戒指叠戴的手法，无论是同一主题的重叠搭配，还是不同风格的戒指混合搭配，总能勾起众人艳美的目光。

♥ **搭配要点：黑色塑料 + 银色金属**

POINT2

不同材质的双重搭配



↑ 在追求优雅气质的美好时光中，透着晶亮光辉的钻饰，是时下的流行元素。花朵造型戒指/蓝海豚 128元，黑色戒指/艾尚 219元。



♥ **搭配要点：珍珠 + 银质**
 一运用光彩夺目的珍珠为创意加分。珍珠戒指/蓝海豚 128元，花形戒指/蓝海豚 128元。

What does she have that you don't have?

高伦雅芙除痘系列——世界上那些超级名模、著名演员和成千上万漂亮女性的美容秘诀。

柔嫩、滑润而没有小痘痘的皮肤：幸运的人天生拥有，而更多的人学会如何得到。现在你同样能够做到！高伦雅芙除痘系列，由美国著名皮肤学家研制的三步祛痘护肤套装，有效祛除青春痘，养护皮肤并防止青春痘复发。

第一步：活肤洁面乳柔和洁净肌肤，去除油脂和死皮细胞，清洁被堵塞的毛孔，使去痘成分渗入毛孔深处发挥作用；

第二步：活肤紧肤水润泽肌肤，通畅毛孔，增强皮肤质感，淡化青春痘留下的印痕；

第三步：修护液组合多种功效成分和柔和护肤配方，清除造成青春痘的细菌和皮肤感染，完全祛除青春痘并防止复发。

三个简单步骤，去痘、护肤、预防三重功效，肌肤保持洁净、清爽、靓丽之解决之道！

十五日不满意退款承诺

作为全球祛痘护肤品的领导品牌，高伦雅芙在全球范围实行“不满意退款”承诺。放心使用15日，如果你对它的效果不是十分满意，你将得到全额退款。何不现在就开始放心大胆尝试高伦雅芙？因为你唯一可能失去的，只有脸上的小痘痘！

免费赠送

活肤面膜一巩固和扩大祛痘成果，进行隔夜修护，对突然冒出来的零星小痘痘，起到紧急处置的奇效。

《面对现实》专业祛痘护肤指导书，帮助你了解青春痘的成因，走出误区和偏见，真正掌握对付的方法。



proactiv SOLUTION 除痘系列
高伦雅芙
www.proactiv.com.cn

全国免费订购电话：800-810-1815
未开通800的地区：010-84290800

北京：当代商城 百盛购物中心 中友百货 双安商场 蓝岛大厦
翠微大厦 燕莎友谊商城 北辰购物中心 王府井百货大楼
太原：梅园百盛 天津：友谊商厦 友谊名都
西安：百盛购物中心 石家庄：王府井百货
昆明：时尚春天购物中心

邮购地址：

北京朝阳区东土城路8号林达大厦B座11H室

北京东方维亿科技有限公司 邮编：100013

她的好皮肤？ 来自高伦雅芙！

POINT1

同种主题的双重搭配



↑以空间立体的设计概念强调现代女性追求自我的强烈意识。P形字母项链/TOKIO MESSAGE 135元。L形字母项链/TOKIO MESSAGE 135元。

♥ 搭配要点：P形字母+L形字母



♥ 变奏出夏日清凉的旋律

↑以成套的圆圈做灵感，运用夺目的水钻呈现夏日凉爽感觉，是一种轻盈甜美的款式。项链/TOKIO MESSAGE 150元。



♥ 怎能忽视水滴般的晶莹剔透

↑让光线的折射增添光泽感，使整款搭配多了亮丽质感。十字架项链/TOKIO MESSAGE 140元，粉色项链/Oxette 800元。



♥ 搭配要点：黑白圆形+黑白心形

↑将典雅的色彩融入与众不同的搭配理念中。心形项链/TOKIO MESSAGE 140元，圆形项链/TOKIO MESSAGE 150元。

necklace 项链

项链往往能吸引人的视线
流连于光滑的颈部
蕴含心思的项链搭配
更让他人的视线难以挪开
使颈部成为焦点所在

POINT2

材质+造型的搭配



♥ 搭配要点：水钻+心形

↑一长一短错落在胸前，是搭配的首选，更显出和谐的美。蓝色心形项链/TOKIO MESSAGE 110元，水钻项链/SWAROVSKI 740元。



♥ 魅力诱惑着你的双眼

↑蝴蝶结具有画龙点睛之效，真是小物立大功的最佳典范！吊带衫/TOKIO MESSAGE 800元，小猫造型项链/TOKIO MESSAGE 140元，蝴蝶结造型项链/TOKIO MESSAGE 190元。

↑圆润质感塑造完美的淑女风范，使珍珠成为粉色系夏装最佳拍档。珍珠项链/田崎真珠 13600元，心形项链/TOKIO MESSAGE 190元。



♥ 搭配要点：珍珠+心形

↑透过重叠强调的搭配方式，营造出高低层次的丰富感。珍珠项链/TOKIO MESSAGE 140元，字母项链/TOKIO MESSAGE 135元。



♥ 搭配要点：珍珠+字母

BEAUTY

闪亮如水的双眸，是沉醉的星空

柔软耀眼的双唇，是轻盈的一吻

你阳光般的笑颜，发光肌肤

是骄阳下惊鸿一瞥的闪电

每朵云不相同，每张脸各有颜色

你可以出色也可以精彩

这一场与色彩的游戏，本世纪嬉戏到底



我的美丽“杂货铺”

桌子的一角总是零零散散地放着很多化妆品，看着自己的“收藏品”越来越多，似乎离美丽的愿望也就越近。但是，不要忘记你的“杂货铺”也要跟随流行的脚步变化，精心地挑选这些宝贝，美丽才能在不断的追寻中实现。

策划&执行/午睡 摄影/阿伟 (ja) 品牌鸣谢/欧莱雅、美宝莲、碧欧泉、娇兰、兰蔻、雅诗兰黛、Dior、伊莉莎伯·雅顿、曼秀雷敦

护肤

流行解读

护肤、防晒风潮每年都要持续一整夏，今年的防晒从质地到SPF值都有更多的选择。更有专门防治痘痘的高手出招，选择你的独家护肤“梯队”，独挡夏日的阳光吧！



Dior Girly限量版粉彩盒 495元

使用方便，包罗万象的粉盒，设计有白色皮带、唇刷和化妆刷，使肌肤呈现亮泽，为双眸带来闪烁，也为双唇营造蠢蠢欲动的甜蜜。



欧莱雅魅力炫彩果晶唇冰 69元

蕴涵了巴黎欧莱雅独创的晶亮科技运用水晶的晶亮微粒，令光线向各个方向完全反射，营造独特的3D立体超亮效果，同时让唇色更均匀、更透明。

品牌看点

巴黎欧莱雅
“Pure Zone”净界系列

针对油光，痘痘重拳出击。这一系列是欧莱雅专为年轻人设计的高科技护肤系列。它能有效地抑制粉刺产生，持续维持肌肤清爽光洁的状态。



曼秀雷敦新碧Sunplay

新碧全新推出日本最先进水剂配方，经各项严格的测试以及国际权威机构的认证，让你享受特殊品质及多重高效的呵护，更可获得高达SPF130的防晒功能。

流行解读

午后的时光将尽，白天生机无限的热气终将为大自然所散放的阵阵香气所取代。这时的香氛仿佛是傍晚微风所带来的芬芳，花香与果香都有着静谧味道。

香氛

品牌看点

娇兰IMMORTALIA薄荷茶香水 430元/75毫升
柑橘香、摩洛哥薄荷叶香、玫瑰香和茉莉香还有最后一抹北非雪松的木香，缤纷的植物香氛实现你的仲夏夜之梦。



伊莉莎伯·雅顿绿茶香水 485元/100毫升

绿茶散发的清新活力是无与伦比的，它充分鼓动身体，唤醒感官、激活精神，使身心得到全面的升华。

流行解读

夏季妆容要闪现细腻光彩与神秘风情。双颊隐约的光泽，让肌肤如此精致。丰满晶莹的双唇，是如此风情万种，这就是属于夏季的喜悦。

彩妆

Best & Taste

一次完美主义的收藏

欧莱雅多重防晒隔离霜
SPF30/PA+++ 110元

► 防晒、隔离、护肤
美肤一次完成

含有麦色滤和肌肤活
力素，令肌肤年轻白皙，
增强抵御外界侵害的能力。

美宝莲摩天翘超长卷翘睫
毛膏 49元

► 享受长翘睫毛带来的
风情

只需用专利三维立体
刷头轻扫睫毛，即带来丰
盈浓郁的撩人美睫。

兰蔻果汁唇蜜 180元

▼ 丰盈饱满的美唇

混合令人垂涎的
甜蜜滋味与令双唇丰
盈的闪亮效果。

碧欧泉C+晶白夜间精华
600元

▲ 在夏夜无声无息地美白

深层美白肌肤，减少
黑斑的形成，并舒缓肌肤，
保持肌肤水嫩动人。

Dior Girly限量版粉彩盒
495元

◀ 细腻的光泽，魅力蕴
涵其中

Dior的至IN明星产品就
是Dior Girly限量版粉彩盒，
著名的帆布依然魅力无穷。

娇兰MENTAFOLLIA薄荷茶
香水 430元/75毫升

▼ 充满植物的气息与自
然的力量

清甜的薄荷味道和遥
远土地的神奇气息，初夏
令人心旷神怡。

雅诗兰黛纯色晶亮甲油
160元

► 清亮的色泽是盛夏的
主题

带着蛋白石光泽的甲
油，令人惊艳不已，让指
尖阳光灿烂。

假日Style Eye

Beauty
Spy

成熟妆容
魔幻配方

★
假日美人
速成法

假日的彩妆造型中，眼部妆容要“带一点野性”，才能震撼他的心。略粗的眼线，为你镀上一层浪漫的神秘色彩。而米色系列的眼影则凸显你的高雅气质。

HOW TO MAKE-UP

- 1 在眼睑的上方涂抹A中的浅色眼影，让眼睑显得明亮。
- 2 在眼睑的边缘涂抹A中的深色眼影，与浅色眼影相呼应。
- 3 用B从眼角向眼尾勾勒粗的眼线，使眼尾处显得修长。
- 4 在步骤3画出的眼线上涂抹C，起到加粗眼线的效果。
- 5 用D涂抹睫毛的根部，可以在眼尾处多涂抹些。
- 6 在上眼睑的眼尾睫毛上涂抹睫毛膏，能增长5毫米的视觉长度。



A 打造层次分明的眼妆效果。双色眼影/AUBE。B 勾勒完美的线条。黑色眼线笔/YSL。C 令眼线更加明晰，软性眼线笔/资生堂。D 制造完美卷翘效果。睫毛膏/美宝莲。

★成熟风范 爱之火花

彩妆最惹眼

盛夏的周末动感时光让人蠢蠢欲动。发出甜蜜的邀约吧，和心仪已久的他一道去郊外吹吹风。这段令人期待的日子里，收起往日的甜美装扮，改用成熟妖媚的超炫妆容，唤醒他内心深处的期待。那一刻，惊喜他的双眼，更惊喜你自己。

摄影/中込一智 (模特)：瀧瀬徹 (静物) 造型/中村利恵 模特/彩妆师 化妆师/发型/KELLCHI (BRAVO BRAVA)

假日Style Base

夏天一定要使用隔离霜。可在涂抹粉底之前，薄薄地涂上一层。选择加入了金色珍珠粉的隔离霜，搭配服装更出色。

HOW TO MAKE-UP

- 1 用A在左右脸颊、额头、下巴尖、鼻翼两侧等部位少量涂抹。
- 2 用A从脸颊中央向脸颊外侧均匀涂抹，尽量涂抹得自然些。
- 3 在鼻子上不容易涂抹均匀的部位，借助海绵仔细地均匀地涂抹。
- 4 使用B从脸颊中央向脸颊两侧均匀涂抹。
- 5 粉底涂抹得是否均匀漂亮，应从脸颊的侧面仔细检查。
- 6 将隔离霜和粉底巧妙地配合使用，制造出完美的肌肤效果。



A 含有无油配方的隔离霜/
YSL。B 质地细腻柔滑的粉
底液/BOURJOIS。

假日Style Cheek

穿卡其色、米色或色彩不够鲜艳的服装时，干净健康的肤色很重要。所以选择古铜色和杏色两种颜色的腮红，演绎出夏天特有的日晒肌肤！

HOW TO MAKE-UP

- 1 用粗毛刷蘸上A，注意将多余的粉抖掉。
- 2 从耳朵开始向颧骨下方、鼻翼处涂抹粉底。
- 3 为避免涂抹不均的现象，可用海绵将多余的粉扫走。
- 4 下眼睑、鼻梁、额头处使用B作为高光粉，尽量涂薄些。
- 5 用C中最浓的色彩涂抹面颊中央，可让脸色显得更健康。
- 6 在步骤5基础上，用毛刷向面颊外侧横向地自然涂抹。

A 调出完美的健康底色：深米色粉饼/嘉娜宝。B 提高面颊的整体亮度：浅米色粉饼/PMK。C 塑造多层次立体妆容：多色腮红/资生堂。



假日Style Lip

感受夏日阳光，以古铜色为中心色的夏季妆容中，双唇的色彩可以选择反差色系。使用冷色系的青粉色，可以让你看上去更加干练。学会冷暖色的完美组合技巧，才能成为今夏的扮靓高手！

HOW TO MAKE-UP

- 1 用A作为双唇的基础色，薄薄地涂抹一层即可。
- 2 均匀地勾勒上唇，而下唇的唇线则以轻淡为宜。
- 3 从B中选择最适合自己肤色的色彩，先涂抹一层。
- 4 在已有唇色的基础上，使用B中上方左起第2个颜色，重叠涂抹。
- 5 上唇中央可以涂抹得厚一点，以体现双唇丰润的质感。
- 6 注意不要出现光泽，亚光的唇色会更有酷感。

A 为双唇涂上温和的底色，唇线笔/欧莱雅。B 选择最IN色彩，成为他眼中的假日明星，多色唇膏/欧莱雅。



服装和妆容的统一 是和谐感的关键

能体现自己特点的服装是最佳选择。所以无论是时尚的款式，还是酷感的款式，根据自己的服装风格来选择彩妆才是关键。我在化妆的时候，最重视的就是『整体印象』。比如这次的假日造型，当然要比平时多一分性感，二分成熟，以呼唤理想中的爱情。因此妆容不但和平时不同，而且更加强调健康、雅致的肤色，来挑

战成熟又不乏酷感的妆容。

这个夏天，最重要的就是『基础的自然妆容』。面部部位不但要光滑细腻，而且妆容中眼部、面颊、双唇等重点部位也要集中凸显。这就是从服装搭配引申到面部化妆的秘诀。



PROFILE

活跃在服装杂志、广告领域中，善于在服装搭配中创造完美的发型与化妆，深受模特和OL的欢迎。

闪烁、77计

一眼睛闪光，
娇唇闪光，
肤色更闪光，
这个夏日还有
谁比我更炫？

这是个大胆炫出美丽的季节

盛夏妆容 亮起来

眼、唇、脸颊都开始闪耀柔和的光芒，就这样张扬你的优雅和性感。77招美丽秘诀，从超炫单品到绝妙技巧，总会点亮你的夏天心情。

澄清色彩和光芒的巧妙融合

01 宝石般的色泽 制造夏之明眸

将淡淡的却闪烁着耀眼的光芒的色彩涂抹在上眼睑和眉毛之间，再用同色系的眼线来勾勒美目。并在下眼睑的睫毛边缘使用金色。

绚烂闪亮的松石蓝

02 松石蓝+珍珠光泽， 海边少女般的清丽

绚烂的蓝色带给人清爽印象。加入珍珠光泽和松石色调打造健康眼妆。

一即使在骄阳下，
闪亮效果一样出色。
不同层次的蓝色因为珠光而
更加绚丽。



1 下眼睑的金色效果提升眼部明亮度。



单独使用，闪亮效果依然出色！

03 有光泽的粉状眼影 成就闪亮双眸



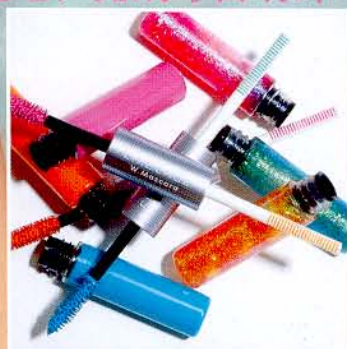
涂抹在眼睑的一瞬间，立刻散发迷人光芒！这就是粉状眼影的魔力。即使使用单色也出彩！

一无论是绚丽的蓝色、紫色，还是柔和的黄色，成熟的棕色都可以造就这个夏日时尚双眸。

从下睫毛开始，散发致命诱惑力

04 睫毛膏+闪光粉突出 下睫毛，完成夺目明眸

要让瞳孔也发光，就需要依靠涂睫毛膏的技巧来实现。加入纤维的彩色睫毛膏令下睫毛增长的同时也完成了全新闪亮效果。



一彩色睫毛膏看似夸张，只要你善于利用，能拥有最炫的眼部妆容。

目标就是完美的夏日电眼美人！

05 闪亮的金棕色 塑造诱人电眼



闪亮的金棕色眼影的魔力在于在制造有如西方人般深邃双眸的同时，让你即刻拥有迷人眼神！

一加入光泽度优良的珍珠粉，配合清爽白色粉底，将色与光的掩映效果发挥到极致。

闪烁在阳光下的耀眼妆容，就是今夏妆容的特别力量！

闪唇、闪亮肌肤 我最闪亮

即使再耀眼的阳光，也征服不了这来自精致妆容的炫目美丽！一举一动之间，眼神、双唇和肌肤等无不散发着奇异光辉，令每个男生都为之倾倒。这一季就向你特别透露打造人见人爱的闪亮妆容77计！

摄影/前川純一(模特)、瀧瀬徹(静物)、長野奈々子(步骤) 发型&化妆/田村俊人 造型/大日野浩子 模特/葛因碧、島村まゆみ

黑与白的组合产生对比美感

06 黑色浓密型 睫毛膏衬托眼影

用白色闪亮眼影和黑色睫毛膏完成黑白对比分明的眼部妆容。



一白色的眼影和黑色的睫毛膏对比产生美。

从内眼角开始涂抹金色眼影

10 沿内眼角线条 涂抹华丽的金色

在内眼角的凹陷部位涂抹与肤色相似的绚烂金色，让眼睛更漂亮。

细腻质感十分



一将内眼角描画清晰，制造凹陷效果。

提升眼部透明感，彻底告别浑浊

14 用珍珠色眼线笔 描画眼睑内侧

可以有效改善眼睛的浑浊感觉，让眼白清澈漂亮。使用加入了珍珠色的眼线笔描画眼睑内侧，立刻提升眼睛明亮度。



POINT
一在下眼睑睫毛根部的黏膜部位涂抹。



一最适合涂抹眼睑内侧的眼线笔，特殊质地很容易描画。



轻松获得明亮的美目

07 在上眼睑涂抹 珍珠色眼影

在离上眼睑边缘1毫米的位置开始画，避免眼睛显得浮肿。



POINT
一用手指呈圆形涂抹。



一有点紫色的粉色给人高雅印象。

只需要简单涂抹就能制造立体感！

11 金属光泽的黑色眼线液 造就深邃双眸

黑的部位和闪亮的部位相互衬托出眼睛的立体感。



POINT
一沿着眼眶的轮廓，平滑地画上眼线。



一液体眼线笔使用起来很方便。

稍微粗一些可以取得最佳平衡感

08 闪亮的眼线打造 大而神的双眼

用比黑色还要深的色系，将下眼睑的眼线画得粗一点。



一深色带闪亮粉的卡其色眼线笔。



让眼睛由内而外地闪耀光芒

12 在黑色眼线上涂抹 有光泽的棕色眼影

先用黑色眼线笔勾勒，再在上面覆盖含闪光粉的棕色眼影。



POINT
一使用细眼影刷。



一成熟的棕色是首选。

从眼睑处散发出炫目的光泽

09 闪亮的眼睑底色营造 优雅的双眸

加入珍珠粉的眼睑底色和闪光眼影一起给你带来出众美感。



BEFORE



一有助消除眼睑的晦暗。

同色亚光眼影和亮光眼影相互掩映

13 亚光眼影可以强调出 眼睑上的亮光眼影

眼窝部是发光蓝色眼影，贴合眼睑中部用亚光白色眼影。



POINT
一亚光白色眼影的涂抹范围应该比蓝色眼影小一些。



双眸忽闪时会发出一道光芒

15 闪亮液体眼线笔让 眼角光芒四射

从内眼角到外眼角的前面一点处，沿着眼眶，但不要过于靠近眼眶的部位画眼线，可以令眼睛显得大。在外眼角处强调闪亮效果。



一液体眼线笔便于描画，最好选择有闪光效果的产品。



魔力绝招打造炫目双瞳！

16 眼角处的泪状 闪光点制造LIGHT

在眼角处用闪亮粉涂抹出泪滴状。要选择质地优良，色彩漂亮的明亮色，切忌使用棕色系列。



POINT
一从眼睑中部到外眼角之间涂抹。



一闪亮的效果正是你要的。



造就柔软的下眼睑

17 在眼袋涂抹闪亮米色眼影

可使用闪亮的妆容令下眼睑看起来更柔美。通过光线让双眼更出众。

一上下睫毛都要从根部开始涂抹睫毛膏。

一深浅不同的眼影，因为加入闪光成分而变得更加有趣。

让双瞳有如黑夜里闪烁的星星！

18 在下眼睑涂抹闪亮粉底

眼睛下方的闪亮肌肤，将黑色瞳孔映衬得更加明亮。透明感的水晶粉底更是将闪亮效果发挥得淋漓尽致。

一透明感极佳的水晶粉底。

效果自然的蓝色睫毛膏很魅惑

19 金属蓝让双眸如海水般深邃

用光泽感、金属感兼备的蓝色睫毛膏涂抹上下睫毛。令上下睫毛纤长深邃，充满神秘味道。

一今季，大胆尝试带有金属光泽的蓝色睫毛膏吧！

一下眼睑用粉色从内眼角向中央部位涂抹。

粉色魔力打造惹人怜爱的面容

21 在内眼角涂抹闪亮的粉色眼影

在下眼睑的内眼角处涂抹闪亮的粉色眼影，展示温柔的气质。选择色彩柔和的粉色是关键。

一成熟的色彩，多样的选择。

一不同的粉色效果不尽相同，但都展示你的温柔一面。

和成熟男人约会时的必胜绝招

22 眼影制造出的柔媚表情

同样是闪亮的双眼，薄薄涂抹上质地细腻的粉状眼影，演绎出性感的双眸。

一滋润而光滑的感觉很美妙。

一各色粗眼影笔，让描绘眼影变得轻而易举。

漂亮睫毛制造眼部立体感

23 闪亮假睫毛突出大眼睛

根部加入闪光粉的假睫毛释放出炫目的光芒。

一夏日Party妆的完美道具

闪光睫毛膏令睫毛熠熠生辉

26 在睫毛梢涂睫毛膏

为了演绎出睫毛的整体闪光效果，使用加入了闪光粉的睫毛膏涂抹睫毛梢是好方法。

一眼影使用深色可以更好地衬托出睫毛的闪烁光芒。

一带有闪光粉的睫毛膏，有效制造闪烁的睫毛。

描绘绚烂的双眼

20 用眼影笔营造闪烁的感觉

在眼脸上涂抹紫色，使用粗粗的眼线笔，按照181页10所介绍的，在内眼角加入金色眼影，以增加眼睛的神韵。

一上眼睑的涂抹参考十二，下眼睑的涂抹参考十四。

一轻轻涂抹于整个眼睑。

一细腻的眼影容易涂抹均匀。

自然而华丽的金色成就美目

24 金色眼影打造性感妩媚的双眼

乳状眼影可与眼睑完美接触。选择和肌肤完美融合的金色系，从眼睑内侧就开始散发自然的光泽，即使是单色也一样美丽。

轻松消除你眼周的晦暗

27 在眼周C形部位涂抹白色粉底

在C形区域，选择带有珍珠光泽的白色粉底，从眼睛的下面开始到眼角，按照C形涂抹。

一自然的色彩和光泽，让你一扫往日的晦暗，重拾双眸迷人风采。

金属色让盛夏凉爽起来

25 银色闪光粉制造酷感双眼

在眼脸上涂抹层次分明的银色眼影，是制造凉爽酷感效果的关键。

一以银色为主的充满金属光泽的妆容，带来清凉一夏。

一色彩深浅的完美过渡。

让无神的双眼闪烁奕奕神采

28 珍珠粉色高光打造明亮眼睛

珍珠粉色的高光令肌肤熠熠生辉，涂抹后的感觉，就像是肌肤由内而外地释放光彩。

一刷子的毛质非常柔软。



锁定立体闪唇提升恋爱指数

*双唇的炫目闪亮

涂抹的方法、色彩都要仔细选择，才能开始夏日双唇闪亮计划。

光滑自然，闪耀水灵光芒

29 闪耀金光的橘色唇彩 媲美夏日阳光

成熟的绿色眼影，最佳搭档就是橘色双唇。

→ 细腻的唇彩，涂抹质感不错。



→ 无论是淡橘色还是深橘色的唇彩，加入金色光泽，就可以将双唇打造出绚烂又立体的效果。

唇部线条整形轻松完成

30 珍珠色打造丰润立体双唇

使用唇线笔，在上唇的唇峰和下唇勾勒出如珍珠般光泽的线条，制造立体效果。

→ 用珠光唇线笔勾勒出唇的轮廓。



↑ 带有珍珠光泽的唇线笔。

选择带点黄色的米色

31 成熟甜美的米色闪亮唇彩

想让你的双唇在重要的日子为你赢得光彩，米色系列最合适。蜂蜜般的黄色，充分提升双唇的滋润和光滑。

↑ 带点黄色的米色系唇彩，给你成熟与光芒。



↑ 绚烂色彩中有生动的黄色。

↑ 橘子般的自然色彩增添亮丽。

↑ 漂亮的淡粉色依然流行。

如何打造丰满性感的双唇

32 在唇中央涂抹亮金色

如果双唇比较薄，亮金色还可以制造出“丰满”的效果。

→ 在上下唇的中央，均匀涂抹带有珍珠光泽的金色。

→ 金色唇彩给你一个饱满的双唇。



↑ 带有闪亮因子的无色唇彩。

↑ 借助这款唇彩充分表达纯洁的愿望。

↑ 乳白色的唇彩只有试过才知道美妙。

打造娇艳欲滴的双唇

33 糖果般绚烂的色彩造就醒目双唇

让人有亲吻冲动的娇艳双唇，多亏了水果般绚烂的色彩。与其使用唇彩，不如使用水果色的口红更适合。

↑ 鲜艳的色彩和超强的附着质地。

↑ 惹人喜欢的粉色当然不容错过。



勾勒出透明光洁的轮廓

35 透明性感的娇唇也多姿

涂抹唇膏后，使用透明唇彩将上唇的轮廓勾勒出来，完成性感双唇。

→ 在唇峰中心，涂抹出大约1毫米的轮廓。



→ 质感优良的粉色唇膏是首选。

可爱双唇不如炫目娇唇

37 热烈的粉色唇彩点燃性感地带

想在今夏领先一步？就用粉色来制造性感。优雅的平滑质感、清爽的色彩都是你的首选。

→ 无论什么品牌都选用绚烂的粉色系，只要是滋润质量好的，这个夏天就没问题。



自然散发的质感酷极了

36 酷酷的金属光泽米色双唇

用带有金属光泽的米色来完成酷感。超级闪亮的效果和诱人的米色充满魅力。



奢靡的古铜色妆容技巧

肌肤的健康光泽

晒伤肌肤并不是一件美妙的事情，但是如晒伤般的妆容却大受欢迎。

“是刚从海边回来吗？”总被这样追问

39 橘色的脸部肌肤 展示醒目的晒伤妆

十分自然、漂亮的肌肤多亏加入了金黄色的腮红。

↓加入金黄色的腮红更接近日晒感觉。



POINT
↑从鼻子两侧横向向两边涂抹。



丰富你纤细双手的表情

40 金属色指甲油+ 双色涂抹

先用带珍珠色的蓝色涂抹两次。干后用同色系的金属蓝色在指尖涂抹。



←与单一颜色相比，使用双色涂抹倍添可爱。



←金属蓝色很有质感，而加入了珍珠粉的蓝色优雅清爽。

立体感&华丽感完美二合一

41 金黄色高光 打造高贵肤色

和肌肤相似却让你更显高贵的金黄色绝对不容错过。



←从眼角开始，用刷子快速移动涂抹。

←融合性超强，色彩自然不失高贵。

华美肌肤的关键是平滑和闪亮

38 古铜色打造 华美健康肌肤

想要拥有微微的晒伤放效果，就使用古铜色的底霜和干粉。



←从底霜到粉底全部是古铜色，通过巧妙细致的涂抹，可以令你的肌肤完全改变模样，却仍然保持健康自然的感觉。

硬朗的文身+亮粉制造炫目

42 文身贴+亮粉 就是闪亮的人体艺术

在黏合剂还没有干之前，在最醒目的部位撒上闪亮的彩色亮粉完成生动的3D效果。



←选择喜欢的文身贴和亮粉，开始人体艺术创作吧！

面颊也闪烁光芒的效果不错哦

43 选择加入大粒闪光粉的腮红

淡雅的色彩和闪亮的质感,可爱度提升120%。这就是腮红的效果。要点是涂抹均匀。

→选择质量好的腮红是关键,涂抹方便又自然。

在清晨沐浴后

46 涂抹加入了闪亮粉的香体乳

让全身都变得闪亮和香气扑鼻,使用带有闪亮粉的香体乳是不错的选择。

→和普通的香体乳有着很大的不同,加入闪光粉是时尚要点。

晦暗肌肤的救星就是粉底

48 紫色粉底打造闪亮透明肌肤

紫色粉底可让晦暗的肌肤变得透明感十足,加入闪光粉更是功效加倍。

→细腻的粉底,优雅的色彩。

简单地涂抹发挥200%实力

51 高光腮红呈现闪亮立体肌肤

同时使用同色系的深浅两种腮红,更令肤色显得自然。

→双色腮红搭配要合理,效果一样出众。

甜美的芬芳散发魅惑

53 含闪光成分的香氛令肌肤华美

2004年夏季许多产品都加入了闪亮成分。在涂抹香水的瞬间,闪光度不断UP。

在想要闪亮的部位使用它

54 闪亮的身体粉底让闪光无处不在

想要健康的肌肤就使用棕色,想拥有白皙的肌肤建议使用粉色。

→如此特别的新品,不妨尝试一下。

→涂抹于想要闪耀的部位即可。

→沿着颧骨,比平时涂抹的范围稍宽。

透明的珍珠光泽来自粉底

47 啫喱状的粉底制造光洁质感

令肌肤感觉自然光滑,提升肌肤的透明感全靠珍珠光泽。

→优良的质地让你的肌肤完美无缺。

做个女孩真是太棒了

49 身体粉扑让全身肌肤滑腻光洁

令身体的肌肤变得紧致。在强调白皙肌肤的同时,更给予闪耀的光芒。

→穿着露出肩部的服装,使用身体粉扑涂抹粉底。

针对白皙的肌肤进行有效作战

44 一周内拥有健康华美的肤色

使用这款可制造晒伤效果的产品,可防止肌肤干燥,让肌肤变得顺滑光洁。

→帮你尽快拥有想要的肌肤色彩,真的很有效。

指尖上的出色艺术效果

45 闪亮指甲粉轻松打造指尖光芒

在指甲上涂抹指甲油,然后在指尖涂抹亮粉。

→指尖的炫目效果。

制造古铜色肌肤的化妆法

50 深米色滋润粉底完成古铜肤色

使用深米色的液体粉底,不用再涂抹干粉,立刻完成酷感十足的古铜色肌肤妆容。

→用手指将粉底均匀涂抹。

在阳光下熠熠生辉的肌肤

52 提升亮度的底粉令肌肤闪烁光泽

加入了珍珠粉的底粉,令肌肤由内而外地透出光泽,打造出细腻的肤质。

→各种加入珍珠粉的浅色底粉,令你的肌肤产生自然光泽。

将闪亮的感觉进行到底

55 大颗粒亮粉令纤细双足也闪耀

大颗粒的亮粉巧妙制造出华丽的闪光效果,涂抹在脚趾上最合适。

→可以选择不同的亮粉涂抹在不同的脚趾上,效果也不错哦!

防晒的同时制造闪亮

56 加入亮粉的防晒霜有效阻隔紫外线

闪烁光辉&加入珍珠粉的防晒乳液,使用很方便,只要轻松涂抹全身就OK!

→根据自己的喜好,选择不同的颜色。

→涂抹不同的色彩很开心。



汲取海与天的色彩

57 适合海边的 闪亮蓝色妆容

蔚蓝的海，蔚蓝的天包围着夏日的海滩。蓝色就是这个世界的主宰。

Eye 上眼睑的边缘 使用蓝色很新鲜

在上眼睑的边缘用蓝色，下眼睑使用偏白色的紫色。睫毛膏使用棕色。



↑蓝色、白色、紫色是魔幻色彩组合。

×透明闪亮的粉色唇彩。



在阳光照耀下熠熠生辉

选择要点就是透明感和闪亮感。

Others

腮红的部位要高于颧骨，从内侧开始变淡。

涂抹腮红的部位，就是笑起来颧骨稍微向上一些的地方。



↑选择适合自己肌肤的腮红最重要。

双倍效果光芒更耀眼

融合技巧 闪亮一“夏”

这里推荐最时尚的2大整体造型，完全掌握闪亮技巧。



在阳光下我就是最漂亮的那一个！

58 超级Party 闪亮妆容

参加Party时闪亮的妆容是最佳造型。巧妙使用大颗粒的闪光粉制造炫目效果。

Eye 选择银色 制造深邃双眸

银色、白色、金色、卡其色四色眼影变幻魔力，银色大唱主角。



↑多种色彩的组合使用，才是最完美的妆容。

×饱满滋润的双唇值得拥有。



轮廓清晰的双唇引人注目

不要使用唇彩，选择闪亮的唇膏。

Others

橘色的斜向腮红提升成熟度

涂抹腮红的部位高于颧骨。使用橘色是明智选择。



↑绚烂的橘色造就健康活力的肤色。

发现护肤奥秘，留住年轻肌肤

年龄是加号 肌龄是减号

BEAUTY NEWS

“CTC” (CELL TO CELL)，即细胞间的沟通，雅芳护肤研究中心通过“CTC”尖端生化技术，令细胞时刻保持活跃状态，使细胞的生成、代谢、运作正常化。你会惊奇地发现：粗糙和细纹都不见了，好像给肌肤注入了全新的生命力。

策划&执行/June 品牌支持/雅芳



细胞活化技术

雅芳护肤研究中心研制出的新活再生霜内含创新“细胞赋活”成分——海洋原生质PLANKTON。通过CTC尖端生化技术，促进细胞之间的沟通，增强微细胞循环，提高肌肤柔韧性，令细胞时刻保持活跃状态，使细胞的生成、代谢正常化。

使用一周后，肌肤质感明显变得娇嫩、细致，肤色明亮红润，原来的粗糙感和小细纹都不见了。

海洋原生质 PLANKTON

雅芳新活再生霜含有珍贵的成分——海洋原生质PLANKTON，经过六个月严密复杂且成功率仅有1%的生产过程，才孕育出一小勺。

雅芳新活再生霜的活肤奥秘

- 激活细胞——增加细胞活蛋白，增强细胞之间的作用，令肌肤细胞运作正常化，促使肌肤新生。
- 加速细胞再生和繁殖——刺激细胞蛋白质合成，令肌肤更加年轻新活。
- 保护细胞——防止细胞功能消失，帮助细胞对抗紫外线等恶劣的自然环境，增强肌肤抵抗能力，有效减少皱纹、斑点等肌肤衰老问题，保持肌肤晶莹柔嫩。

“细胞赋活”成分

1. 穿心莲叶——利于细胞生长，使细胞运作正常化。
2. 水解牛奶蛋白——使肌肤保水能力增强，并促进细胞生成，使肌肤更柔软光滑。
3. 葵花子、维生素B₆原、维生素A——可减少细胞释放出的对胶原蛋白有害的酵素，增强肌肤弹性、保持柔韧性，抗衰老。

ANEW
雅芳新活



雅芳新活再生霜 210元/30克

时尚新货全新出击

NEWS 闪亮产品

全部都是今季最新的产品。在这7月闪亮出击，让你一拥为快！

亮粉&珍珠的感觉

59 滋润的水质眼影

稀薄的质地，可以反复涂抹达到你想要的效果，让你爱不释手。

眼睛越发水灵，并有效遮盖眼部肌肤的晦暗。

娇艳欲滴的效果

60 糖果般的甜美唇彩

各种亮色唇彩如糖果般可爱漂亮。亮粉混合产生不同闪亮效果。

橘色和粉色的娇艳色彩，是不是让你心动？

抢眼的闪亮粉色

61 偏光珍珠粉VS大颗粒珍珠粉

偏光珍珠粉中含有大颗粒的珍珠粉，让指尖也闪耀光芒。

加入蓝色的粉色指甲油里摇曳着珍珠光泽。

美眉们向往的粉色

62 颜色和名字都“超可爱”

色彩和光芒都很和谐的粉色不过于张扬，却完美展示变化。

含有银粉，涂抹时能很快与肌肤融合。

古铜色的粉底

63 闪电制造晒伤妆容

只需要按压刷子尾部的按钮，就可以挤出古铜色的粉底。

细小颗粒可与粉底紧密黏合在一起不易脱落。



真想全部都拥有

64 美眉最爱的套装

全部放入自己的包中。有唇膏、高光、粉底、唇刷和粉刷。



可爱套装让你轻松完成闪亮妆容。

一定要尝试的新产品

65 古铜色和金色化妆纸

在脸上、肩部都能使用的化妆纸。不用担心珍珠粉会四处飞散。



1 巧妙的设计，方便使用。

柔软质地适合描画 纤细的闪亮效果

66 闪亮的化妆笔

在涂抹眼影时，化妆笔细腻的质地和柔和的光泽给人华丽印象。

67 平滑的闪亮眼影

涂抹时感觉舒适光洁。附着感超强不易脱落，正是夏季最佳化妆品。

成熟迷人的色彩

68 米色系列登场了

有5种颜色可混合使用的粉底，在阳光下闪烁着迷人的光芒。在肩部可做单色涂抹。

犹如夏季地中海

69 最时髦的夏日指甲

地中海式的金色和绿色还有棕色指甲油都加入亮粉。在阳光下散发着耀眼的光芒。

光辉停留于双唇上

70 最炫目的亮粉唇膏

让光泽由内往外地散发。光泽和平滑感兼备，而且色彩不易脱落。

我偶然发现的闪亮魔法

闪亮光泽 召唤爱情

得到他的赞许，吸引他的视线。这就是闪亮妆容带来的恋爱力量。

71 亮粉更加漂亮
亮粉不但可以涂抹，也可以贴在双眼皮上。

72 入大颗粒亮粉
大颗粒的亮粉，对我来说就是性感的象征。

73 含亮粉的喷雾
在微风拂下，头发上闪烁着迷人的耀眼光泽。

74 闪光元素要让他看得见
扩大可视范围也很重要。

75 雪白的牙齿让笑容更加自信
展现迷人笑颜时，雪白的牙齿可增加魅力指数。

76 用婴儿乳液成就娇嫩肌肤
选择婴儿乳液，这样可以使肌肤更娇嫩、光滑。

77 离霜完美搭档
带有珍珠粉的隔离霜，让毛孔也变得不明显了。

77 离霜完美搭档
近距离接触也没问题。

发现护肤奥秘，留住年轻肌肤

ANEW
雅 芳 新 活

无痕肌肤告别 手术风险时代

BEAUTY NEWS

相信你已经听说过很多关于抚平皱纹的方法，但这些方法除了价钱昂贵、有风险及痛苦等不利因素外，手术效果也只能维持5~10年。现在雅芳新研发的能替代注射胶原蛋白的新一代产品——雅芳新活无痕精华，无需进行注射，即能帮助肌肤实现无痕梦想。

策划&执行/June 品牌支持/雅芳



雅芳的无需手术美颜方案

爱美的你一定听说过通过“注射肉毒杆菌”或注射胶原蛋白、拉皮、镭射”等方式的美颜手术，它们的弊端除了价钱昂贵外，手术也会有风险。

雅芳建议：只有养成良好的生活作息及持续使用有效成分的护肤品，才是完美肌肤的获得之道。雅芳护肤研究中心进行了超过3000多种试验，研发出能代替注射胶原蛋白的新一代护肤品——新活无痕精华，独特的新活重生因子与激导微元素相结合，直接深入肌肤细胞底层发挥作用，由内而外抚平皱纹，令肌肤迅速还原年轻。

雅芳新活无痕精华了解你的肌肤

如同房屋的质量取决于砖、梁、混凝土的优劣一样，健康、富有弹性和青春活力的肌肤也取决于一些关键的生物分子，其中最重要的有胶原蛋白、弹性蛋白、黏多糖、蛋白聚糖等。

新活无痕精华从石榴汁、小麦蛋白、酵母等天然成分中提取出新活重生因子，与雅芳公司独家专利成分——激导微元素相结合，能深入肌肤真皮层，作用于细胞核内的DNA，刺激肌肤细胞生成胶原蛋白、弹力蛋白和黏多糖，使肌肤犹如注射过胶原蛋白，从内而外地抚平细纹，让肌肤迅速恢复年轻紧致。

激导微元素

激导微元素：雅芳公司专利成分，具有亲肤性，能稳定地将新活重生因子导入肌肤真皮层，直接作用于细胞核内的DNA，由内而外抚平细纹。

1. 激活细胞：激导微元素刺激肌肤细胞生成胶原蛋白、弹力蛋白和黏多糖，抚平细纹，恢复肌肤紧致、润泽。
2. 深层导入：激导微元素稳定地将新活重生因子导入肌肤底层，修复受损、老化的胶原蛋白、弹力蛋白和黏多糖。
3. 迅速还原肌肤的完整结构：激导微元素与新活重生因子共同作用，由内而外抚平、填充细纹，让肌肤迅速还原完整结构。

雅芳新活无痕精华 320元/30毫升



ANEW CLINICAL
LINE AND WRINKLE CORRECTOR
CORRECTEUR RIDES ET RIDULES

ANEW CLINICAL
line and wrinkle corrector
antifaltencreme
correcteur rides et ridules

ANEW CLINICAL
LINE AND WRINKLE CORRECTOR
CORRECTEUR RIDES ET RIDULES

夏日体验水般清润

不见油光，只见你...

清爽奔放的夏日即将来临，年轻的你是否还在寻觅你的第一款零缺陷粉底？不要油腻，也不要厚重！

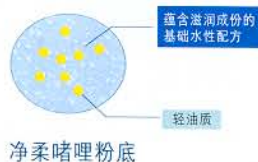
美宝莲纽约净柔啫喱粉底可让你的肌肤体验如水般清润。

CLEAR SMOOTH 净柔啫喱粉底

神奇的水性啫喱成份—

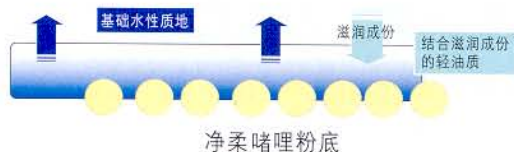
效果1 水般清润的粉底新体验！

- 水包油配方的啫喱粉底，含有与轻油质相结合的滋润成份，感觉更水润、清爽。



效果2 完美融合于肌肤，有效遮盖毛孔

- 轻轻涂抹一层，水性成份即刻从皮肤挥发，粉底瞬时贴合肌肤。
- 蕴含极少的油质—防止为了遮盖粗大毛孔而涂上过于厚重的粉底。



MAYBELLE

美 来 自 内 心 美 来 自 美 宝 莲

(99)卫妆准字07-XK-0016号

www.maybellinechina.com

美宝莲

纽约

清爽妆容三步曲

第1步

水润控油

— 净柔T区控油底霜

- 补水控油，提高粉底附着力，令肤色持久哑光。



净柔T区控油底霜
29元

第2步

清爽打底

— 净柔啫喱粉底

- 缔造清爽、干净的透明底妆。
- 巧妙遮盖毛孔和瑕疵。



净柔啫喱粉底
39元

第3步

持久定妆

— 净柔粉饼

- 配合粉底使用，令妆容更持久。
- 单用时营造透明肤色。



净柔粉饼
49元

方便快捷 2合1

干湿两用

— 净柔两用粉饼

- 干用：补妆控油，营造细腻肤质。
- 湿用：滋润打底，出色的遮瑕效果。



净柔两用粉饼
69元

全新上市



净柔两用粉饼
替换装
39元

心动价：
39元

缔造清透粉妆Tips:

1. 可以取一些平时使用的清爽型护肤乳液混在粉底液中，再均匀涂于面部。
这样有利于粉底液更好地与肌肤融合，同时又适度保湿，带来清透润泽的底妆效果。
2. 更简单的方法就是直接选用美宝莲净柔啫喱粉底，特有的水润啫喱成份让肤色时刻自然清透。
打底补妆二合一的净柔两用粉饼，妆效柔和自然，控油效果不同凡响。

无瑕肌肤 彻底清洁

粉类专家美宝莲特别提示：必须使用专门针对彩妆的卸妆乳或洁面乳(如美宝莲洁面卸妆系列)彻底卸除面部彩妆，因为一般的水性洁面乳根本无法彻底卸除含油脂的彩妆及含防晒指数的护肤品。

LINE®

NEW YORK

解决任何脱妆烦恼 令整个夏日不脱妆

初级OL必学

真讨厌爱出汗的夏天，早上出门时明明很干净，只好拼命地补、补、补……可是补妆也是有技巧的。

CHAPTER 1 脱妆情景剧

这样的情景几乎每天都会上演，让我不停地要补妆，真烦人。

补妆从护肤做起

如果你的肌肤是属于油性或混合性，那你在早晨的护肤程序中可以加入含有控油成分的护肤品，它能缓解出油和脱妆状况。

睫毛、鼻头、两颊和嘴唇最易脱妆，晕开的颜色看上去脏兮兮的。



情景1：中午的太阳好烈，才走上5分钟，鼻头上就冒出小汗珠了。哎！擦汗时连粉底也一块擦掉了，又要补妆了。



情景2：夏天女孩们都喜欢用亮晶晶的唇彩，可是它特别容易脱妆。喝水、吃东西、舔嘴唇都可能会让唇彩脱落。



情景3：看书、打电脑、上网让眼睛好疲劳，不由自主地揉一揉，却忘记早上涂了浓密型睫毛膏。惨了，这下真成了熊猫眼了。

CHAPTER 2 脱妆原因盘点



眼部

眨眼时造成脱妆

到了下午，下眼睑经常就会黑黑的，那是因为脸上分泌出的油脂令睫毛膏融化开了，眨眼的时候，睫毛膏就印在下眼睑上。



鼻头

易分泌油脂的地方

包括鼻头的T字部位是最容易分泌油脂的地方，这里的粉底特别容易脱落。不少女生都有用过吸油纸后，粉妆就不匀了的经验。

易脱妆的地方

除了唇彩本身较容易脱落之外，唇部肌肤状况不好，干燥起皮，也会令唇妆看上去斑驳不匀，如果有亮粉的唇彩，脱落后嘴唇上的亮片就更惨不忍睹了。

嘴唇



你是不是“半天美女”呢？

彩妆技法课堂

策划&文/王萌雅 摄影/俞苗新 化妆/亚亚 插图/朱杰 模特/曹议文

的妆容，刚过中午就成了“花脸猫”。脸上油油的，睫毛膏晕开来了，唇膏也掉了，怎么才能既快又准，那就看一看下面的护肤技法课堂吧！

CHAPTER 3 5分钟补妆

下面让我们来学习快速又有效的五分钟补妆的方法。



00:00:45

1 兰芝晶彩眼影 130元
先把棉签稍微蘸水弄潮湿，拭去下眼睑晕染上的睫毛膏，擦试晕染部分



1 眼睛

扑上散粉
一再把蘸上粉的海绵粉扑对折，用折角均匀地按压下眼睑，把刚才擦掉的粉补上，注意粉不要沾在睫毛上。



00:01:30



00:02:30

2 两颊
一对付鼻头脱妆，先用吸油力强、柔软度高的吸油纸按去浮油。

2 两颊

按压散粉
一用粉扑蘸上粉，以按压的手法，把粉按进肌肤的纹理中去，补完照镜子，看是否均匀。



00:03:50



00:04:20

3 嘴唇
先用肉粉色唇膏涂抹薄薄一层，再用指尖轻按，使嘴唇很好地吸收色彩。

3 嘴唇

涂抹唇彩
一涂上闪亮唇彩，即使脱了妆，嘴唇也不会没有血色，记得定期要深度保养嘴唇哦。



00:05:00

→MAQUICAKE UV INFINI兰蔻清恒丽两用粉饼，460元。

→兰蔻花汁唇膏 240元。

CHAPTER 4 检查持久妆容

想要妆容够持久，从基础的化妆做起，检查你的妆容技巧是否正确，做个“全天美女”！

1 CHECK

粉底

切忌使用粉红色粉底，一旦脱妆，肌肤会出现尴尬的灰色。

2 CHECK

眼影

还在使用原来的化妆方法吗？先将眼影刷蘸些水，然后用纸巾吸除眼影刷上的水分，再涂抹眼影。这样可使眼妆色彩持久。

3 CHECK

嘴唇

不要简单地涂一遍唇膏就完事了。可以先涂一遍唇膏，然后扑上蜜粉，再涂一遍唇膏。这样画出的唇色可坚持多一点时间。

小窍门

一时间短来不及完成上面所有程序的妹妹们，其实可以带上一瓶喷雾化妆水。当出现出油或是粉沟细纹的时候，只要喷一喷，再用面纸吸干，就可以快速补救。



我要比别人多漂亮几小时！

美宝莲
纽约

色彩前线 自由玩家

夏日光影如印花般缤纷多姿，眼前开始闪现醉人的色彩...美宝莲全新推出5款**色彩前线甲油**及3款**水晶淡彩护甲油**，呈现珠光闪变的激情魅力与薄彩透亮的淡逸风情，十足纽约风格，完美契合年轻女孩的青春特质。

心动价：
35元

水晶淡彩护甲油

心动价：
19元

色彩前线甲油

MAYBELLINE
STRONG PASTEL
DIAMOND
NAIL STRENGTHENER

MAYBELLINE
NEW YORK
Colorama
5 day nail color

MAYBELLINE
NEW YORK
Colorama
5 day nail color

MAYBE

美来自内心

美来自美宝莲

(99)卫妆准字07-XK-0016号

www.maybellinechina.com



5款色彩前线甲油新色泽蕴含闪烁的晶莹颗粒，在光线的照耀下折射炫目的色泽，令十指熠熠闪光。3款水晶淡彩护甲油新色莹润剔透，如清晨的朝雾般焕发清新的乳质光晕，诱人的自然淡彩更细心呵护你的指甲。

两款甲油还可在不同的场合实现完美配搭，再细细描绘上自己喜爱的可爱花样，突显你的个性化百变形象！

简约格调

想要配合成熟、亮丽的形象，不妨选用色彩前线甲油02#或11#添加剔透的淡粉光泽，再描绘上雅致的几何图案，含蓄而又不失娇媚。



02#+14#+16# 02#+09#+10# 09#+10#+11#

纷飞时尚

休闲的时候可以让甲色变得更缤纷一点。选择色彩前线甲油03#粉雾色作为全新的底色，再让花瓣般的图样洒落其间，自由抒写释放的心情。



03#+13# 03#+亮片 03#+15#

魔幻星光

在派对闪烁灯光下舞动光彩炫目的迷人指甲，一定会为你加分不少。细细抹上一层色彩前线甲油浓丽色号，娇艳、魅惑的图案让你极具个性。

想要更炫更出彩，还可以再涂上12#闪金色，璀璨光泽随指尖自由流溢，为你赢得更多喝彩！



05#+36# 39#+16#+38#



13#+12# 31#+12#

LLINE[®]
NEW YORK





夏日甲油

弹奏夏日的

夏天，就是我们炫耀闪亮的季节。珍珠的柔光芒，让你对闪亮的指尖色彩充满想像。现在就

策划&执行/MAY 摄影/张皓（菲林制造）化妆/名家之人 模特/田甜

美甲工具

GOODS1

←（左）样木棒，用来粘贴小饰物。（右）锉棒，打磨甲面，使之平滑。

GOODS2

←毛刷，可以刷掉指甲表面的粉末。



GOODS3

←饰物盒，用来盛放小饰物，如珍珠、亮片、钻石等。

GOODS4

←专用胶水，用来粘贴小饰物。



向PARTY的热度看齐

吊饰、珠片、钻石大大提升PARTY的热度，每一处精彩点缀让PARTY上的你闪亮到底。



1 打磨指甲

↑用锉棒打磨指甲，使甲片在与指甲粘合时更加牢固。然后用毛刷刷掉甲面上的粉末。



2 选合适的甲片

↑修剪甲片后将胶水涂在其内侧，从甲片末端向前端按压，使胶水均匀覆盖甲片的内侧。

up

从后向前按压甲片可防止胶水在甲片内侧产生气泡。待甲片干后，用样木棒挑去胶水痕迹。



3 涂抹指甲油

↑先涂抹一遍指甲油，待干后再涂抹第二遍，增加指甲光泽感，并使指甲的颜色不易脱落。

ITEM



4 粘贴钻石

↑先用样木棒蘸取专业胶水，然后粘贴上喜爱的饰物，蘸少许专用胶水后贴在甲片上。



ITEM

↑欧珀莱指甲油OR110

5 涂抹亮油

↑美甲的最后一个过程就是涂抹亮油，涂抹亮油可以使底色持久，有光泽。

AFTER



↑与PARTY的热度最合拍的指甲应该是：闪亮、图案炫、热情的颜色。

此款指甲的闪亮度★★★★★



NAIL UP

闪亮节奏

美光泽、亮片的夺目光彩、钻石的剔透想和你的甲色一起HIGH吗?

品牌鸣谢/欧珀莱



闪出OL的成熟感

忽略细节的蝴蝶结造型，用亮片与钻石完成，提升了甲色的亮度，并迅速向成熟过度。

ITEM

↑ 欧珀莱指甲油X115

1 涂抹指甲油

↑ 涂抹两遍指甲油，待第一层的指甲油彻底干透后，再涂抹第二层。

ITEM

↑ 欧珀莱指甲油S715

2 涂抹色边

↑ 选择同色系的深色指甲油，薄薄地涂抹在指甲的边缘，颜色涂出界时，可用棉签擦掉。

ITEM

↑ 欧珀莱指甲油SV10

3 粘贴亮片

↑ 待指甲油干后，蘸取适量的亮片涂抹在指甲上，要涂抹两遍，使色彩均匀。

4 粘贴钻石

↑ 用棒木棒蘸取适量的专用胶水，然后再粘贴上钻石，蘸取专用胶水后贴在甲面上。

ITEM

↑ 欧珀莱指甲油OR10

5 涂抹亮油

↑ 涂抹亮油时先从指甲的边缘开始涂抹，另外每隔2~3天涂抹1次。

AFTER

此款指甲的闪亮度 ★★★★★

↑ 与办公室OL最匹配的指甲应该是：柔美的颜色，精致的点缀。



欧珀莱指甲油
18款颜色等你来体验

性感≠可爱， 与色彩嬉戏



紫色+绿色眼影

紫色总是给人扑朔迷离的印象，将其大胆地涂抹在眼窝处，并加强眼尾处的色调，令眼部妆彩与众不同。下眼睑处的一抹鲜绿，让可爱与性感的味道互相融合，感觉可爱甜美又清新脱俗。

↑ 植村秀shu uemura眼影 绿色、紫色。

柔美的腮红

因为眼妆比较醒目，所以相对来说腮红的颜色就不要过于抢眼。选择柔美的粉色，突出肌肤的自然健康色泽。

↑ 植村秀shu uemura腮红 粉色。

健康自然的唇色

要想表达夏天的唇色主题，唇色当然要选择自然而明亮的颜色。如浅粉、橘色等。切忌刻意地描画唇线，确保唇的自然和内敛。

↑ 植村秀shu uemura唇膏 嫩粉色。



策划&执行/MAY 人物摄影/张皓(菲林制造) 静物摄影/关英伟(一)
化妆/打出角康(植村秀shu uemura首席化妆师) 模特/欣欣 品牌鸣谢/
植村秀shu uemura

每个夏季都从「彩妆」开始，清薄透明的底妆，缤纷闪亮的色彩，让夏季像童话一样充满糖果味道。让色彩与你尽情游戏，体验性感的同时传递着俏丽和欢快的可爱笑容。

植村秀shu uemura 游戏夏季色彩

品牌介绍

品牌创始人植村秀shu uemura先生是日本第一位男性化妆师，也是风尚妆容的始作俑者，他从1968年开始推出化妆的舞台表演，被誉为“将化妆升华成为艺术第一人”，以其概念前卫和用色大胆而享誉化妆艺术界。

化妆哲学

“美丽一定要以清洁为前提。一张不干净、不健康的脸，永远都无法展现出完美的妆彩。”

“替人画上美丽彩妆，让她们变得更有自信。我把爱传给了她们，她们或许会因此想去关心身边的每个人。”

描画技巧

浓淡相宜的色彩使妆容均衡而别致动人，如何将色彩搭配得万无一失是最关键的。秉持着“深浅搭配”的原则，即色调相同但色泽深浅不同，也能突出妆容的立体感。此外，别忘了护肤是最重要的。

颜色定位

也许你很难想像将紫色和绿色搭配在一起的效果，但是出色的彩妆却是在不断的创新中产生的。选择自己喜欢的颜色吧，将它们混合在一起，享受色彩游戏的同时找到最适合你的那抹灵感色彩。



植村秀shu uemura首席化妆师打出角康先生

学历：商科管理法律学士

工作经历：曾参与众多国际知名时装设计师的后台彩妆设计，为日本、欧洲和东南亚等国家的电视、杂志、报纸、时装秀化妆，如今还参与植村秀shu uemura的彩妆品开发和研究。

职责范围：身为植村秀shu uemura首席化妆师，工作范围包括负责对彩妆品的开发与创制、化妆专业技术培训、以及对品牌公关宣传；在彩妆产品的创制开发过程中，他对产品创意来源、研制开发和色彩的重点都非常注重。



防水抗汗型的睫毛膏

1 能够使睫毛纤长，根根分明的专业型睫毛膏。防止因水、汗引起的浸染，使妆后的双眸持久光彩动人。植村秀shu uemura手绘睫毛膏（防水型）。

鲜明的胭脂色彩

1 备有银底和亚色质地，分粉红、桃红、橙、棕、琥珀、白六大色系。植村秀shu uemura幻彩胭脂唇膏31#。

清新的眼影色彩

1 植村秀shu uemura专业的眼影，长久以来备受彩妆师的宠爱。全套完备丰富的眼影色调，更有珠光、亚光、金属及彩虹色系供选择，植村秀shu uemura单色眼影。

可令妆效持久的粉饼

1 蕴含高度亲和肌肤的海洋深层水，能在肌肤表面形成如“第二层肌肤”般的保湿膜，确保妆效完美持久。植村秀shu uemura水嫩保湿粉底粉774#。

充满柔情的唇膏

1 集“火之光泽”、“风之轻盈”、“水之滋润”、“土之强烈色感”四大元素糅合而成，体现植村秀shu uemura的专业精神，为女性精心调配出完美理想的美唇配方。植村秀shu uemura唇情四舞唇膏328#。



击中最合拍彩妆

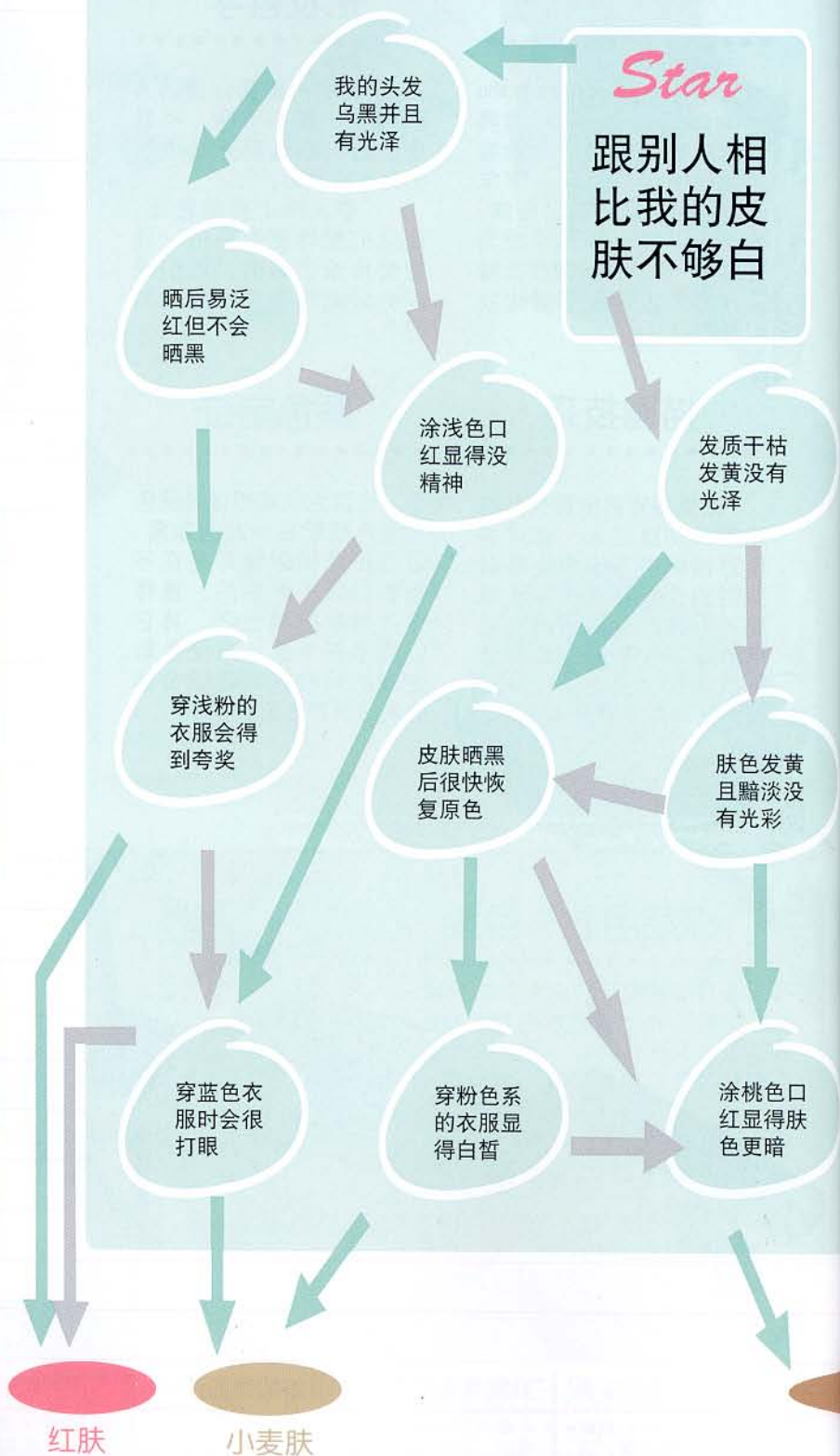
看似简单的肤色其实暗藏玄机，相信吗，一向惯称自己是白肤女孩的你，说不定是个绿脸美人哦！快来参与我们特别为你准备的肌肤测试吧，一分钟让你立即明白了自己的肤色真相，迅速找到最合拍的彩妆。



→ YES
→ NO

Discover the 了解你的肤色真相

找到和你相似的肤色特征，现在就开始探索你的专属色彩吧！



策划&执行/蒋媛 摄影/张皓(菲林制造) 化妆/阳乾造型 模特/彭婧、闵悦、王芯、妮卡、杨幂、鸣谢/兰蔻、香奈儿、雅诗兰黛、Dior、美宝莲、雅芳、娇兰、娇韵诗、倩碧、资生堂、YSL

truth of your skin

Makeup 美容诊断室

亚洲人的肤色一般被统称为黄色，其实肤色是有很多种的，细分为红、绿、白、棕、小麦色五个颜色。了解自己的肤色，就能选择正确的妆容、发色及与服装色彩的搭配。

Star
相比较我的
肤色还算白

肤色黯
淡没有
光彩

容易晒出
古铜色的
肤色

日晒后皮
肤很快恢
复原色

深一点的
发色更适
合我

我是天生
的“黄毛”
丫头

抹桃色口
红显得不
健康

穿灰色衣
服更能凸
显气质

穿白色衣
服很能衬
托肤色

穿浅灰色
衣服显得
病态

穿鲜艳的
亮色衣服
会很好看

棕肤

GO!

了解你的肤色真相了吧，快往
后翻到你的专属色页面，搭配出最
适合你的彩妆色彩吧！

白肤

绿肤



红肤 *Girl* 绝色彩妆

如果你的肤色偏红，那么在选择彩妆时，应用带珠光的粉色来冲淡暖色的成分。若使用绿色系彩妆，则需要与暖色相搭配。

最合拍惊喜色彩

黄、绿、荧光粉



肤色红润，显得健康是红肤女孩的优点。当涂抹荧光粉、黄、绿色系的彩妆时，会延伸红肤的健康感觉。并能中和肤色中的暖色部分，缓冲痘疤等暖色调缺陷，让肤色看起来更均匀。

眼妆：黄、绿



腮红：荧光粉



唇彩：荧光粉



指甲油：绿、荧光粉



忌讳色彩

蓝、灰



红肤女孩如果错用了暗灰或蓝色的冷色调，会让肤色中青黄的部分显现出来，让原本红润的肌肤，显出不均匀的黄绿色，给人不健康的感。

化妆师建议

- 在上妆前可先打上薄薄的绿色粉底对肤色进行调整，然后再涂上粉底液。
- 若眼影只使用单纯的绿色，则可能让妆容变得很脏。
- 冷暖色协调搭配，是红肤女孩在选择彩妆色彩时的平衡秘诀。



眼妆 EYE

眼尾使用蓝绿色，眼窝则大面积使用粉色，冷暖色搭配提亮眼神。



腮红 CHEEK

腮红忌用过暖的红色，选择淡粉色可以增添红肤女孩的可爱感。



唇妆 LIP

嘴唇的色彩应配合眼影使用淡粉色，加入珠光可让双唇更显亮泽。

亮彩 NAIL

→ (左) 蕴含护甲微粒，令指甲坚韧亮泽。美宝莲指甲油(绿) 29元。(右) 让十指显得更白皙。Dior魅惑指甲油(粉) 180元。



↑ 能够满足不同场合的不同需要。香奈儿眼影(四色) 新品未定价。



↑ 亮丽的色彩混合，使面颊更具立体感。娇兰焕彩流金粉盒(多色) 1180元。

↓ (上) 甜美诱人的草莓色。兰蔻果汁唇蜜(粉) 180元。(中)(下) 淡淡的光彩，给双唇别样性感。美宝莲果冻唇彩(黄、橘) 29元。



After

适宜的彩妆搭配，突出红肤女孩的红润光彩

Before



绿肤Girl绝配色彩

如果你的肤色偏绿，那么过暖的红色绝对不适合你，因为过暖的色彩会起到反衬的作用，让你的肤色看起来更绿。

最合拍惊喜色彩

荧光蓝、紫、粉



绿肤女孩，容易给人不健康的感觉。而紫色、荧光蓝能提亮绿肤的肤色，减弱绿肤女孩的病态感，粉色也能起到中和作用，让肤色中的黯沉部分显得柔和起来。

眼影：荧光蓝、紫



腮红：荧光蓝、粉



唇彩：粉



指甲油：蓝



忌讳色彩

黄、正红



绿肤女孩使用黄色系彩妆时，易暴露黑眼圈、色斑等暗色调的肌肤缺陷。而正红色则会因为色差对比，让肤色显脏和不够均匀。

化妆师建议

- 中国人中有多数是偏绿色皮肤。此类肤色的优点是可以晒出纯正的古铜色。
- 缺点是若不注意化妆，则容易显出较病态的“菜”色。
- 用口红时可选择玫瑰红、紫红、浅桃红等来冲淡绿皮肤的病态感觉。



眼妆 EYE

眼影选择淡绿色，可在眼尾加入透明感荧光粉，让目更传神。



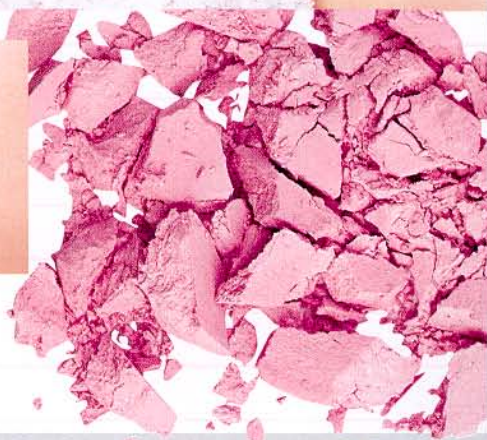
腮红 CHEEK

腮红应用肉粉色，弥补绿肤女孩的肤色缺点，而不至于过于生硬。



唇妆 LIP

选择自然有湿润感的浅桃红色，能瞬间制造闪亮光泽的粉嫩唇妆。



After

巧妙运用冷暖色搭配，以削弱绿肤的不健康

Before



一甜美的浅粉色衬出健康肤色，入流光彩

一(上)让肤色显得更健康。兰蔻果汁唇蜜(粉)180元。(下)不同色系打造唇上异样风情。雅芳唇膏(四色)22元。

亮彩 NAIL

一加入珠光提亮手部的整体肤色。兰蔻指甲油(粉)145元。



小麦肤 *Girl* 时尚多变

如果你的肤色接近小麦色，那么恭喜你，因为你可以选择的彩妆领域将非常宽广，可尝试各种颜色，或用同色系的渐变来增添时尚感。

最合拍惊喜色彩

驼、橘、粉



小麦肤的缺点是比较中性，欠缺女人味。用橘色和粉色，能缓解肤色的中性感，增添甜美的感觉。使用与肤色相近的驼色，则能起到调和肤色的作用，弥补肤色不匀的缺陷。

眼影：驼色、粉色



腮红：橘色



唇彩：粉



指甲油：驼色、橘色



忌讳色彩

偏绿、黄



偏绿色和晦暗的黄色，容易让小麦肤女孩的肤色中偏红的部分，如青春痘疤、色素斑变得明显。会减弱彩妆的整体光彩。

化妆师建议

- 适用于小麦色皮肤的彩妆颜色比较广泛。
- 但是在搭配色彩时，千万不要用过多的色彩，以免破坏妆容的和谐感。
- 上妆可借助驼色粉底液，对肤色进行调整。



眼妆 EYE

无论选择什么颜色的眼影，都别忘了在眼角处加上珠光眼影，让你的眼睛更亮更有神。



腮红 CHEEK

鼻梁至鼻翼处，用粉刷由上往下轻轻掠过，可以增添粉妆的立体感，让腮红自然融于肤色中。



唇妆 LIP

只涂唇膏会让唇纹明显，所以涂唇膏后，应加涂无色或淡色唇蜜，滋润双唇，更可淡化唇纹。

亮彩 NAIL

→ (左)(中)优雅装扮的明智之选，资生堂新魅指甲油(珠光，驼)150元。(右)如耀眼阳光在指尖闪烁，雅诗兰黛指甲油(橘)160元。

↑ (左)制造三重奏立体焕彩效果。娇韵诗眼影粉(三色)220元。(右)柔和的眼妆色彩。香奈儿眼影(驼)335元。

↓ 暖色调增加你的亲和力。资生堂双色眼影240元。



↑ (左)釉瓷般的光泽带来夏日激情，雅诗兰黛唇彩(粉)195元。(中)将香甜的果汁演绎成亮丽色彩，美宝莲果汁唇彩(橘)29元。(右)细腻的质感散发自然光彩，倩碧唇彩(粉)180元。



Before



After
驼色彩妆为小麦肤女孩在甜美中注入性感元素

白肤Girl粉嫩宜人

如果你的肤色接近白色，那么为了避免苍白感，腮红的运用就显得尤为重要。色彩的选择上以暖色调为主，避免过冷的色彩让肤色更显苍白。

最合拍惊喜色彩

粉、蓝、绿、紫、桃红



虽然可选择的范围很广，但切忌让脸部成为色彩的“试验田”。在选择色彩时应以桃红、粉作为暖色调的首选，冷色调则控制在浅蓝、果绿和紫三色上。

眼影：蓝、绿、紫



腮红：粉



唇彩：桃红



指甲油：蓝、桃红



忌讳色彩

银色、墨绿



使用这两种色彩时，容易让白肤女孩显得苍白。尤其是墨绿色，会衬出黄种人肌肤深层的黄底色，让皱纹和色斑显得十分突出。

化妆师建议

- 偏白的肤色，应该尽可能少地用冷色，因为会显得不够健康。
- 偏暖的驼色眼影则比较适宜。
- 橙色唇彩也是粉嫩妆容的法宝之一。



眼妆 EYE

蘸取少量眼影粉，由眼部中央向眼尾轻轻晕开，并在下眼睑和眼角处，加入高光。以增添双眸的立体感和亮度。



腮红 CHEEK

为避免苍白感，涂腮红时不应只局限于面颊。而应使用大粉刷，将腮红薄薄地扫过整张脸，让脸色呈现红润光彩。



唇妆 LIP

省略唇线，双唇都涂上具透明感的粉色唇彩，唇部中央特别加涂，可令双唇反射出光线，有水嫩的效果。



以粉色作为白肤的彩妆主题，营造粉嫩的甜美感



↓ 营造酷感的动人双眸。兰蔻眼影（紫）180元。



↑（上）易于涂抹的单色胭脂。倩碧胭脂（粉）280元。（下）带来健康的活力气息。娇兰胭脂（粉）360元。



↑ 雅芳蝶形唇彩（四色）69元。

亮彩 NAIL

→（左）甜美的色调衬出白皙手指。资生堂指甲油（桃红）150元。（右）为指尖带来神秘的异域风情。兰蔻指甲油（蓝）145元。



棕肤 *Girl* 金粉韵律

如果你的肤色偏棕，那么应该选用跟肤色对比度大的珠光色系，来提亮肤色。让原本较深的肤色显得透亮生动起来。

最合拍惊喜色彩

金色、紫、珠光、银



金属色系、珠光色系均能提亮棕肤的肤色，弥补肤色过于黯沉的缺点，提亮肤色的同时，让肤色呈现透亮健康的感。而紫色则能延伸棕肤的神秘感，是帮助棕肤扬长避短的理想颜色。

眼影：紫、珠光

腮红：珠光粉

唇彩：淡金

指甲油：银

忌讳

红、橘、桃色

强烈的暖色调，会让棕肤女孩肤色中泛红的不匀肤色，如微血管、青春痘等暖色更加突出。给肤色造成浑浊、不洁净的感觉。

化妆师建议

●棕色皮肤可以使用金色或者其他带珠光的金属色来修饰妆容，能让偏深的肤色看起来显得更加健康与和谐。

●可在颧骨处扫上薄薄的珠光蜜粉，除了定妆还能提亮肤色，使妆容呈现透明感。



一(上)适合多种场合的色彩渐变。香奈儿眼影(双色)新品未定价。(下)极炫的色彩立刻抓住他的心。香奈儿格形眼影(紫) 335元。



眼妆 EYE

将眼影大面积刷在眼窝处，近眼睑边缘的颜色加深，制造渐变的晕染效果。



腮红 CHEEK

可先用浅色腮红打底，再在笑肌上扫上较深的腮红，增添脸部的立体感。



唇妆 LIP

重复上色，可让双唇的色彩更加饱和，以提高珠光色的浓郁效果，成为提亮整体肤色的焦点。

亮彩 NAIL

一(左)养眼的珠光色系。雅芳指甲油(银) 30元。(右)别样风情暗藏指尖。兰蔻指甲油(紫) 180元。

↓质地细腻的实用色彩。娇兰胭脂(珠光粉) 360元。



一(上)葡萄的芬芳和色泽。兰蔻果汁唇蜜(紫) 180元。(中)(下)甜美诱人的水果色彩。美宝莲唇彩(珠光、橘) 29元。



After

借助珠光色系提亮肤色是棕肤女孩彩妆的重点

Before



Dior

MOUSSE
FONDANTE
MELTING FOAM

NETTOYAGE
CLEANSER

HUILE
SUPRÊME
SUPREME OIL

DÉMAQUILLAGE
MAKEUP REMOVER

Dior

EAU MOUSSANTE
AÉRIENNE
AIRY SELF-FOAMER

DÉMAQUILLAGE
NETTOYAGE
MAKEUP REMOVER
CLEANSER

Dior

Dior

纯、净、明、亮 的愉悦!

全新Dior迪奥洁肤之道

4款全新洁肤产品，特别为亚洲女性肌肤研制，Dior迪奥邀你一起把洁肤过程转变成美丽愉悦的体验。

残留在肌肤上的彩妆、油脂和污垢是引起肌肤暗哑和其他问题的首要原因，所以彻底清洁是拥有完美肌肤的第一步。

Dior迪奥全新洁肤产品，质地舒适柔和，轻柔带走停留在肌肤上的污垢，令肌肤干净柔软，感受极度舒适。匀净、清新、明亮，肌肤获得新生，为接受滋养作好准备。

难以置信的洁净，轻柔的质地，全新Dior迪奥洁肤品带来神奇效果和愉悦感受的完美结合，为你展现至美肌肤。

肌肤享受被 Dior 爱抚的惊喜与愉悦

心无旁骛地关爱自己，
在洁面的几分钟之内。
全新质地、全新芬芳、全新感受，
前所未有的洁肤方式，精致呈现。
让你的美丽独一无二！



洁肤， 必经的美丽仪式

丝柔卸妆洁面露、速效卸妆油、柔滑洁面泡沫与轻盈卸妆洁面摩丝，听到这些令人充满遐想的名字，肌肤顿生美妙的全新感受。清晨与夜晚的洁肤时刻，让肌肤体验不同的奢华仪式。

策划&执行/JUNE 摄影/张皓（菲林制造）化妆&发型/名家之人（010-84489217）模特/张子萱（瑞丽专属）品牌支持/Dior



独特的划分方式

按功能划分的Dior清洁产品非常适合有着繁忙工作的现代女性，使她们不用费心去选择。因为肤质会随季节、气候甚至生活压力的变化而变化。

完美明净

Dior丝柔卸妆洁面露
250元/150毫升

功效：深层洁肤，令彩妆无影无踪。

质地：如水般透明的油质

感受：肌肤感觉清洁纯净，柔软舒适。

完美纯净

Dior柔滑洁面泡沫
250元/150毫升

功效：彻底清除污渍、灰尘与油脂，恢复肌肤的平衡与纯净。

质地：滋润的泡沫

感受：可直接涂抹在湿润的肌肤上，洁面的同时滋润效果突出。

完美舒适

Dior速效卸妆油
290元/200毫升

功效：清除肌肤上的过多油脂，恢复肌肤的自然美丽。

质地：柔和清澈的油质

感受：在肌肤上形成的精巧薄膜极其舒适，非常容易洗去。

完美明亮

Dior轻盈卸妆洁面摩丝
250元/150毫升

功效：去除彩妆、灰尘和过多油脂，恢复肌肤最初的新鲜。

质地：清新的泡沫

感受：超级温和的质地带来肌肤完美的享受。



夏天的洁肤有哪些特别呢？

适合夏季风情的妆容多会选择含珠光亮彩的彩妆产品和防水型的粉底，所以在清洁肌肤时需要深层清洁。而在护肤方面：具有防水效果的防晒品更要求我们彻底洁肤，毕竟清洁的肌肤才会呈现出完美的妆效。Dior四款洁肤产品专为亚洲女性设计，带来精致的洁肤体验。适合所有肤质。另外，精心设计和挑选的香味和包装，以帮助整套产品发挥最好的功效，从嗅觉和视觉多方位地立体地凸显产品的功效。

以护肤为重点的配方

将甘草精华、维生素C与维生素E与高效洁肤因子结合。当这些成分深度清洁肌肤、有效去除各类彩妆时，甘草精华温柔抚慰，令肌肤光滑美妙。最后，维生素复合物在任何环境下都能提供最佳的抗氧化保护。

洁肤BEST5

BEST1 洁面的水以30°C为宜

水温过热会吸收肌肤内的油脂，使肌肤变得干燥。

BEST2 用手洗脸

手是最轻柔的洁面工具，不会对脸部肌肤造成伤害。

BEST3 用指腹轻揉，勿用指尖

用指腹如画圈般轻揉肌肤，不要过于用力。

BEST4 洁肤的同时要按摩

洁肤时从内至外打圈按摩，可重复几次，保证彻底清洁。

BEST5 选适合自己的洁肤品

先了解自己的肤质，再针对性地选定适合的洁肤品。

清爽不油腻,没有草莓鼻!

夏日清爽明星 “新登场”



谁都喜欢夏天,可以穿很少,可以去海边。谁又喜欢夏天里的肌肤?油光满面,毛孔粗大。清爽不油腻,没有草莓鼻,才是夏日里的清爽概念肌肤。在市场上这么多类型的控油护肤品中,一个全新概念的产品面世了,佳佳一试之下,就爱不释手,现在就抢先披露这个情报。

策划&文/王萌雅 摄影/俞苗新 化妆/亚亚 模特/徐佳佳(瑞丽专属) 产品鸣谢/Biotherm碧欧泉



毛孔马上消失的秘密

- 即刻间,毛孔收紧—
- 眨眼,鼻尖好干净。
- 8天之后,毛孔缩小了38%,草莓鼻不见了。

就是它,随身携带的神奇泡泡绵——全新碧欧泉净肤平衡系列BIOPUR中的魔力仙女棒。随时随地点一下,鼻尖毛孔不见了!正是它在佳佳的朋友中掀起了抢用的热潮,等它回到佳佳的手里时,只剩下一点点啦!

新上市

你的肌肤为什么需要全面控油呢?

占了一半以上亚洲女性人数的混合性和油性肌肤女孩们，在肌肤需要特殊护理的夏日里，除了T字部位的毛孔要清洁之外，整个脸部肌肤也要清爽宜人。遵循合理的护理步骤，为全脸肌肤的粉嫩平滑做准备。



天天护理

每天早晚两次的清洁步骤是女生们都熟悉得不能再熟悉的。碧欧泉净肤平衡系列却能在这个洗净、收敛、舒缓的三步骤中，为混合性/油性肌肤的你提供最合拍的照顾。

净肤平衡洁面啫喱：最深入地清洁毛孔，去除多余油脂。
净肤平衡爽肤水：看得见的白色矿物泥！静置的时候看得出是双层的，用时摇一摇，涂上后能感觉到肌肤变得亚光和光滑，毛孔缩小了。

净肤平衡冰凝露：除了含有碧欧泉多项特有的配方，还应用了一种全新的固色技术，能让控油的效果更持久，这样上好的妆再也不用担心被泛出的油光“糊”掉了。

每周护理

就像隔段时间就要打扫房间，毛孔每周也需要深层清理，才能保持纯净。

净肤平衡面膜：这款面膜是拔除黑头的好帮手，它含有高浓度的白色矿物泥，等上5分钟，你会觉得毛孔里的脏东西被“吸”出来了，洗干净后，肌肤看上去马上就变白了。

随时护理

希望毛孔随时保持清爽状态，现在总算有了秘密武器，不用老是用吸油纸了。

净肤平衡泡泡绵：放上一枝泡泡绵在化妆包里，不管是化妆前还是画好了妆，都可以随时拧开海绵头使用。更可以连续使用15天，作为一个密集护理程序。

新面孔的BIOPUR，比上一代的控油效果更好，收缩毛孔更有效。

- 3. 净肤平衡冰凝露 325元/50毫升
- 4. 净肤平衡泡泡绵 295元/20毫升
- 5. 净肤平衡面膜 235元/75毫升



- 1. 净肤平衡洁面啫喱 200元/150毫升
- 2. 净肤平衡爽肤水 200元/200毫升

全新BIOPUR净肤平衡系列

泡泡绵为什么好用

小小泡泡绵其实内涵很丰富。拧开海绵球，里面是高倍浓缩的净肤收敛液。它具有四种神奇功效，同时作用于T字部位的毛孔，即刻收缩，草莓鼻马上就改善了。

调节：含有两种可以调节油脂分泌的矿物元素：铜和锌。

吸收：白色矿物泥具有显著的吸收皮脂作用。

收敛：特别的汉方草本精华：姜和肉桂，具有意想不到的收敛效果。

舒缓：碧欧泉专利的PETP™矿泉有机活性因子，能够舒缓平衡肌肤。

粉嫩无瑕 白皙加倍

除了没有油光，女生们当然还希望肌肤呈现光滑、亚光的粉嫩感，肤色更均匀、白皙、透明，那就少不了这两样法宝。

C+晶白日夜精华：

配合净肤平衡系列使用，能够同时达到深层美白肌肤、减少黑斑产生并帮助肌肤代谢排出内部废弃物的效果。用完皮肤色立刻明亮清透。
→C+晶白日夜精华 600元/30毫升



↑ 晶白净化修颜隔离霜 350元/30毫升

晶白净化修颜隔离霜：

今年大卖的优秀美白产品。巧妙地将高效美白因子与柔滑肌肤的“柔滑弹力胶粒子”技术相结合。发挥三重功效：即刻提亮肤色；抚平肌肤小瑕疵；抵抗紫外线。



犒赏“疲”肤

辛苦了半年的你，是时候好好犒赏自己了。选择SK-II净白修护面膜，体验五星级净白修护为你带来的肌肤惊喜。

我有五星级净白修护

策划&文/蒋媛 摄影/(人物)张皓 正伟(菲林制造)。(静物)阿伟(ja) 造型/刘勋(阳乾造型) 插图/康璐 模特/闵悦 产品及资料鸣谢/SK-II

她们的五星级“净”遇



彭婧
22岁 演员

“净”遇时间：7天

“净”遇感受：纯棉质感令我一用倾心

新接的电影再过一周就开拍了，我必须让肤色在最短的时间内净白起来。比较后我选择了SK-II净白修护面膜，它的100%纯棉质感，让我享受到特别的舒适感觉。最高兴的是，这次出境，我再也不用像往常一样，靠厚得失真的粉底来增白了。因为我的肤色看上去真的白了好多。



刘婷
22岁 大学生

“净”遇时间：14天

“净”遇感受：密集美白让我着迷

和朋友从三亚游玩回来，皮肤被晒得又红又黑，脸颊上好几处都晒脱了皮。一回北京，我就毫不犹豫地冲进商场，买了心仪已久的SK-II净白修护面膜。敷上后，立刻感觉肌肤镇静下来，明显觉得红热在面膜的呵护下，悄悄减退。不到两周，我的肌肤就完全恢复了原来的白净。



汤琴书
24岁 撰稿人

“净”遇时间：28天

“净”遇感受：好像给了我第二张脸

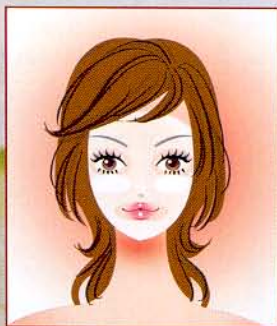
肤色不够均匀一直是我的心病。尝试过很多美白产品，都觉得收效甚微。直到使用SK-II净白修护面膜，每隔一天看自己，就觉得皮肤白净了一些。而且多处切口，让面膜能完全贴合在脸上，非常舒服，只用了28天，我就觉得像换了张脸一样，以前因肤色不均显脏的脸，现在白得很干净。

←SK-II净白修护面膜6片 690元。

“疲”肤的五星级惊喜



↑ 体贴的眼帘设计，让眼睑周围享受到完整的美白呵护，有效减退眼周的色素和青色。



↑ 5分钟后可放下眼帘，让下眼睑得到双倍美白，迅速去除黑眼圈。



↑ 由100%天然纯棉织造，配合独特纤维科技及12刀立体裁剪，使美白成分能够迅速渗透至皮肤底层，渗透能力比一般精华素高5倍，瞬间让肌肤显现白皙！



↑ 每一片都蕴含一整支30ml的Pitera®-c精华液，瞬间均匀肤色；即现净白晶莹。

去除杂色还原净白

告别黯黄



↑空气污染和电脑、电视各种辐射都会使肌肤因氧化而泛黄黯沉，尤其在额头和下巴处。SK-II净白修护面膜所含的黄龙胆草，能有效抗氧化，修护泛黄肌肤，令肌肤重现光泽。

还原黑色



↑紫外线的照射刺激肌肤的黑色素，让肌肤出现色斑。SK-II净白修护面膜含有活性持续型维生素C-AG，它内含稳定性维生素C，能降低黑色素细胞的活性，淡化色斑。

挥离沉青



↑工作压力大，睡眠不足令眼下下方泛青。SK-II净白修护面膜含有Pitera®，是来自米酒提炼过程中由天然酵母菌发酵后所产生的代谢液，能有效促进细胞的新陈代谢和血液循环，让肌肤远离黑眼圈的困扰。

减退红热



↑户外活动频繁，风吹日晒的侵袭，容易令肌肤发炎变红，主要体现在脸颊处。SK-II净白修护面膜含有的水解米糠精华可以有效阻断黑色素生成的每一个过程，还原已生成的黑色素，并有效舒缓肌肤，减退红热。

SK-II净白修护面膜的“多重重点配方”，针对肌肤不同着色成因，一次性去除肌肤的黄、红、黑、青四种杂色，彻底解决“花花脸”的困扰。

Tip1: 每晚11时至凌晨5时，细胞的生长和修复最为旺盛，对营养性护肤品的吸收力加强。是敷面的最佳时机。

Tip2: 夏季将面膜放入冰箱15分钟后使用，可以收紧毛孔，镇定晒后肌肤。敷面后，用手指在面部穴位按摩，可加快血液运行，提高肌肤的吸收能力。

Tip3: 敷面膜时，颧骨和下巴处要完全覆盖，并轻轻按压，排出多余空气，让面膜更服帖。



明星推荐



萧蔷

「我习惯在化妆之前，敷一张SK-II净白修护面膜，揭下来后肤色很均匀白净，而且绝不是苍白。前一段在天津拍戏，有沙尘暴，可是我的妆容一整天都不需要补妆，气色好极了。」

明星推荐



郑秀文

「我算很白了，只是白得不够均匀。用了SK-II净白修护面膜，那些花花的肤色，敷一次少一点，敷一次淡一点。家人都说我的整张脸变得干净了，就像杏仁豆腐一样白嫩嫩的，你觉得呢？」



美肌之道·双重控油

SK-II Time

清爽度盛夏

盛夏的高温让肌肤不断遭遇油光可鉴的尴尬。想彻底摆脱油亮肌肤的烦恼，就快来试试全新推出的SK-II控油调理凝露吧！

我有控油新“魔”宝

策划&执行/蒋媛 摄影/(人物)张皓、正伟(菲林制造)/(静物)阿伟(ja) 造型/刘勋(阳乾造型) 模特/闵悦 产品及资料鸣谢/SK-II

控油“魔”宝让每时每刻都清爽

清晨时光



一控油工作要从早做起，选择SK-II控油调理凝露，让它丰富的矿物质和维生素C、维生素E深入皮脂腺内部，从源头调节油脂的新陈代谢，让肌肤整天都保持良好的水油平衡。

夜晚时分



一晚上十一点后，细胞的生长和修复最为旺盛，临睡前使用SK-II控油调理凝露，它特有的Time能能有效调理皮脂的酸碱值，有效修护粗大毛孔，抑制油脂分泌，让肌肤恢复光滑洁净。

特殊时刻



一生理期前后，额头、下巴处不断生出的生理痘让人防不胜防。SK-II控油调理凝露是你安全控油的首选。无酒精、无香料、无油、无色素、无矽、无维生素A酸的「六无配方」，安全不刺激，调理深层油脂分泌，提前远离痘困扰。

清爽的凝露质地特别适合夏天使用

SK-II控油调理凝露特有的微乳化科技使水凝露分子只有毛孔面积的十分之一大小，能迅速穿透堵塞的毛孔和顽固油脂，直接作用于毛孔深处。



SK-II
FACIAL
CLEAR
SOLUTION

←SK-II控油调理凝露 560元/100毫升。



皮肤专家说控油

北京友谊医院皮肤科教授 刘永生博士

亚东纪念医院皮肤科主任 张英睿



控油不是油性肌肤的“专利”

皮脂腺大量分布在脸部、胸部和背部，油脂分泌过盛时，伴随毛孔粗大、泛油光，严重时会出现粉刺和脱皮现象。不仅是油性肌肤，干性肌肤的人也会因为分泌油脂，或压力引起的油脂分泌失衡，造成皮肤尤其是鼻翼、嘴唇周边堆积暗藏的油脂粒，造成毛孔粗大和暗疮的隐患。

控油要保质保量

因为空气污染，不良的生活习惯，使成年人的油脂分泌变质，与小孩相比，成年人的油脂呈黄色并且浑浊，极易堵塞毛孔。所以，控油不只是简单地控制油脂数量，更要调整油脂，提高其质量。才能从根本上调节油脂分泌，使油脂的新陈代谢更趋健康。

SK-II控油调理凝露四大特色

01 天然净脂海藻精华

萃取自法国深海海藻的天然净脂海藻精华，内含维生素B₁、维生素B₆，能穿透阻塞的毛孔，让肌肤保持一整天的净洁。

02 Pitera®可抑制皮脂合成

SK-II的明星成分Pitera®，可调理皮肤的酸碱值，改善皮肤细胞代谢，在控油的同时给肌肤必要的滋润，实现水油平衡。

03 5秒钟渗透系统

特有的微乳化科技，可穿透堵塞的毛孔，在5秒钟内深入到一般产品无法到达的毛孔深处，真正实现肌肤深层的净脂控油。

04 安全控油配方

不含油分、酒精、香料和色素，使用安全不刺激，也不含硅粒、砂粉和维生素A酸等常用的表面控油成分，真正从根本上调理油脂状况。

SK-II控油调理凝露，从源头调节油脂分泌，实现油脂分泌“质好，量适中”的双优指标，在14天内显著改善面部油光、毛孔粗大等问题。



正确程序让控油事半功倍



SK-II洁面啫喱
温和清除表面污垢
410元/100克

取用适量按摩面部，其弱酸性配方，能迅速在肌肤与彩妆、油垢、污染之间形成隔离层，有效清洁肌肤表面污垢。



SK-II护肤洁面霜
深层清洁堵塞毛孔
340元/120克

取用面霜揉搓出泡沫，它含有的Pitera®，在深层清洁毛孔的同时，给肌肤带来净洁清爽的呵护。



SK-II神仙水
调节肌肤酸碱平衡
560元/75毫升

用化妆绵蘸取轻拍面部，改善细胞新陈代谢，并打通肌肤的经络，促进后面保养成分被更好地吸收。



SK-II控油调理凝露
清爽控油保质保量
560元/100毫升

用化妆绵取适量，涂抹在T字部位、面颊及颈部。由内而外，自上而下，冷藏后更能发挥产品中深海净脂海藻精华的效力。



SK-II BHA晶致活肤霜
溶解油脂消除炎症
790元/50克

涂于T区，并由下至上进行按摩。其活性BHA柔肤酸配方，可溶解堵塞毛孔的硬化油脂，改善黑头、痘痕、毛孔粗大、皮肤粗糙等问题。

策划&文/王萌稚 摄影/俞苗新 化妆/
张卓君 模特/高懿凡(东亚模特) 护
肤品提供/倩碧

我的美白 从防晒做起

常看我们《瑞丽服饰美容》美容版的爱漂亮美人儿们，一定都注意到我们的美容小编从春天开始就一直在谈论美白。实在是因为美白是美容的大计，哪个亚洲女孩不喜欢白白嫩嫩的肌肤？现在到了阳光热辣的七月，美白的重心更应该转移到防晒+美白上来。只有先把抵抗紫外线的防线筑好，我们的美白保养品才能彻底发挥更强劲的美白作用。

阳光，让我又爱又恨。因为它让肌肤变黑变皱，可好天气又让人忍不住要去亲近。还好现在有了它，我可以自由自在沐浴在阳光下，肌肤还照样美丽白皙。

自由亲近阳光，不怕晒黑

满意度百分百

质地要舒服，防晒要有效，
我对防晒乳液的要求它都达到了。



“为肌肤撑开
一把太阳伞”

倩碧晶莹嫩白防晒
隔离霜SPF30/PA++

小的时候，夏天晒黑了，到冬天就能白回来；长大以后，肌肤恢复白皙的速度变慢了，就算是到了第二年，还不一定白得彻底，这说明肌肤的抵抗力变弱了。倩碧晶莹嫩白防晒隔离霜就是这样一种美白防晒品，它既能提供紫外线防护，又能加强肌肤的自我防御系统，强调美白应由内至外，达到冰清玉洁之境界。

提供UVA/UVB的双重防护：

防晒指数达到SPF30/PA++，能够满足日常需要。同时抵抗UVA和UVB的照射，既防止肌肤晒黑，又对抗肌肤老化。

IPF提高肌肤免疫力：

倩碧独创的IPF高科技的原理是帮助增强肌肤的自身免疫力，从而更好地维护肌肤的天然防御系统，抵抗外界侵害。同时帮助肌肤在增强自我修护能力的基础上，修复因紫外线造成的伤害。

专业安全的美白配方：

专为亚洲人肌肤研制的贵妃精华，萃取自珍稀的草本精华，是一种独特的强有力的抗氧化混合物。

先进的MID美白技术，含药物剂量的甘菊成分，阻碍麦拉宁细胞生成；酵母精华击碎色素群，打散大块、明显的麦拉宁色素群，成为肉眼看不清的细小颗粒，令肌肤色泽均匀。

白桦精华是抗压力成分，帮助肌肤增强抵抗内外环境损害的能力。保护胶原蛋白，促进肌肤天然滋润保护膜更为坚韧。



全新倩碧 晶莹嫩白系列

- 倩碧晶莹嫩白莹彩粉饼 SPF20 PA+
- 倩碧晶莹嫩白保湿润肤乳
- 倩碧晶莹嫩白防晒隔离霜 SPF30 PA++
- 倩碧晶莹嫩白洁面摩丝
- 倩碧晶莹嫩白洁肤水
- 倩碧晶莹嫩白修护精华露
- 倩碧晶莹嫩白洁面皂
- 倩碧晶莹嫩白护手霜
- 倩碧晶莹嫩白无瑕修护霜



高科技高效能
一套美白护肤品，背后蕴含着无数科研人员的心血。

内，免疫防御 外，嫩白亮泽

全新倩碧晶莹 嫩白系列

让我们来了解一下
独树一帜的IPF高科技

经过多年悉心研究，倩碧皮肤学专家造就了这类革命性的嫩白产品。倩碧发现，消除肤色黯淡，回复水嫩白皙的肌肤，其根本在于提升肌肤的免疫力。

独特的IPF高科技，是倩碧独创的一种特殊防御技术。通过加强肌肤自身的免疫能力，在第一时间抵抗紫外线对肌肤的伤害。当产品作用于肌肤，细胞便会得到迅速感应，将色素群彻底打散，非常有效地对付色斑和肤色不均，奇迹般地令肌肤平滑白暂有光泽。

防晒，
嫩白的开始
真正完美的嫩白呵护



要拥有完美的美白效果，一定是防晒+美白的双重出击。经过试用者的抢先试用，倩碧晶莹嫩白防晒隔离霜的美白、防晒、隔离的三重功效得到了一致好评，肌肤果然白得很健康。倩碧每一款最新晶莹嫩白系列产品中都融入了倩碧独特的IPF高科技和独特的MID技术，为女性提供完整的美白系统。经过倩碧实验室临床验证，有90%以上的女性在使用这套晶莹嫩白系列时有出色的效果。

策划&执行/蒋媛 摄影/(人物)
张皓, 正伟(菲林制造), (静物)
阿伟(ja) 模特/妮卡 产品及
资料鸣谢/曼秀雷敦

揉出泡泡 让我们清爽一『夏』



了解肌肤特性 选择最适合你的洁面伙伴

油性肌肤:

由于遗传或荷尔蒙原因, 令油脂分泌活跃, 面部常有油光; 有些皮肤底层太干, 刺激肌肤分泌过量油脂以保护皮脂表层。令灰尘及污垢易粘附在皮肤表层, 引致暗疮, 粉刺及黑头等问题。

推荐产品

曼秀雷敦清爽洁面泡沫, 曼秀雷敦泡沫洁面乳

干性肌肤:

油脂分泌活动较少, 导致肌肤表面未能形成天然脂质(lipid)锁水保护层, 令肌肤水分流失, 缺乏弹性, 容易有细纹。

推荐产品

曼秀雷敦温和洁面泡沫, 曼秀雷敦水份平衡洁面啫喱

敏感肌肤:

由于肌肤表面的天然脂质(lipid)锁水保护层较薄弱, 令肌肤表面产生很多细小裂缝, 导致外界污染物可直接刺激皮肤, 引起各种敏感现象发生。

推荐产品

曼秀雷敦温和洁面泡沫, 曼秀雷敦水份平衡洁面啫喱

混合性肌肤:

T区部位的油脂分泌非常旺盛, 伴随着毛孔粗大和黑头现象同时产生。而脸颊则处于缺水状态, 容易有小皮屑产生。

推荐产品

曼秀雷敦水份平衡洁面啫喱

还记得儿时爱吹的泡泡吗? 七彩的、甜蜜的、梦幻的……这个夏天, 曼秀雷敦推出5款洁面产品, 让泡泡轻揉你的脸, 在清爽瞬间, 带你重温儿时的快乐时光!

泡沫洁净肌肤的原理



曼秀雷敦洁面泡沫, 采用先进方便的泵头设计, 轻轻一按, 即可喷出大量丰盈细腻的泡沫, 迅速深入毛孔彻底清除油脂污垢, 质地轻盈的泡沫不会刺激肌肤, 更能提升细胞含水量与防御能力。

泡泡的快乐时光



有了曼秀雷敦洁面系列，
简单的洗脸也成了最快乐的事



②

曼秀雷敦温和洁面泡沫

中性至干性及敏感性肌肤适用。弱酸性配方，与肌肤的pH值接近，不含皂性，可保留肌肤原有的水分，温和地洁净肌肤。含洋甘菊精华，有效舒缓敏感性肌肤；蕴含甘油及芦荟等多种保湿成份，洁肤后柔滑不绷紧。

①

②



①

曼秀雷敦清爽洁面泡沫

油性及暗疮性肌肤适用。特有天然黄柏树精华，独具三重防治暗疮的功效，深层清洁毛孔内外的污垢及油脂，提供清爽彻底的洁肤效果；让你和痘痘 Say good-bye。



曼秀雷敦泡沫洁面乳



普通及油性肌肤适用。含天然维生素E和芦荟精华，能促进肌肤的新陈代谢，并提供保湿及美白功能，洁面后倍觉清爽舒适。

曼秀雷敦水份平衡洁面啫喱



中性至干性及敏感性肌肤适用。弱酸性，与皮肤天然酸碱值接近，含有水分平衡配方，温和保湿，能有效平衡面部油脂分泌。

曼秀雷敦男士活性炭深层洁面乳



男士中性至油性肌肤适用。日本先进活性炭洁面配方，具有吸附毒素和杂质的能力，能像磁石般吸走毛孔内的油脂及深层污垢，加上细小的活性炭微粒，有轻微的磨砂作用，有效预防粉刺和黑头。蕴含日本柏树香薰成分，滋润及保持肌肤的清爽舒畅。快推介给你的男友，让他做个干净健康的“型男”吧！



每天两次用温和的洁肤水清理角质，比每周一次用十分强力的方式，如磨砂膏清理角质更科学。因为清理角质就像身体锻炼计划，它应该是为你度身定做，温和有规律并持久的，而不应该是偶尔突击。

一薇姿油脂调
控保湿霜 145
元/50毫升。

听说经常清理角质会让皮肤变薄，那我多久清理一次才好呢？

A

Q

我在网站上看到，“肌肤本身就具有清理角质的功能”，是真的吗？

A

是的。这是肌肤天然新陈代谢的一部分。肌肤新陈代谢的速度取决于我们的年龄：越年轻，肌肤的这种代谢循环就会越快。随着年龄的增长，肌肤天然保护膜会变得越来越薄，越来越娇嫩，因此肌肤的天然清理代谢速度就会逐渐变缓。

A

肌肤发红或晒伤的时候，你必须停止清理角质，直到红肿全部消退。另外，如果你正在使用治疗暗疮的药物，也最好避免清理角质。可以用含水杨酸的温和收敛水调节油脂分泌，深层清洁肌肤，并去除老化角质。改善肌肤在夏天油脂分泌过剩的状况。



1 欧莱雅净界净化紧肤水 80元/150毫升。

夏天清理角质时，有什么需要特别注意的吗？

Q

Q

我每天洗脸，定期做深层清洁面膜，还有必要清理角质吗？



1 碧欧泉抗痘平衡水 260元/200毫升。

A

肌肤新陈代谢时产生的死皮细胞，一部分在洁面和面膜的护理中脱落，而另一部分则仍附着在肌肤表面。长此以往，肌肤会逐渐变得晦暗没有光泽，并且阻碍肌肤对营养滋润产品的吸收。所以清理角质会帮你清除顽固的老化死皮细胞，让肌肤快速回复光泽。

DEEP BREATH 帮肌肤做一次

盛夏肌肤，比任何时候都更易受到油脂分泌的困扰。黑头、做一次彻底的净肤大扫除吧。

执行/蒋媛 摄影/阿伟 (ja工作室) 模特/杨璐 产品鸣谢/碧欧泉、倩碧、薇姿、欧莱雅、露得清、兰蔻 资料鸣谢/薇姿、倩碧、欧莱雅、玉兰油 Zs

深呼吸STEP1：清理角质

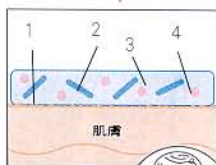
Q

既然去角质是肌肤新陈代谢的一部分，那为什么还要自己去角质？会不会多此一举啊？

A

清除老化角质·肌肤焕然一新

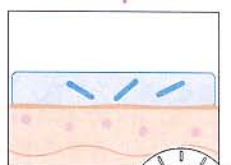
step1



- 1 表皮细胞
- 2 精致细胞
- 3 去角质产品
- 4 柔软成分

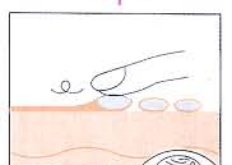
1 将去角质产品在全脸涂抹薄薄的一层，避开眼睛和唇部周围。

step2



1 等产品完全进入肌肤内部，静待15秒钟。

step3



1 配合轻轻按摩时，轻易去除粗糙老化角质，立即呈现肌肤的洁净透明感。

很多生活方式会影响肌肤的状况，破坏肌肤的自然循环。如烟、酒、熬夜都可能引起肌肤缺水，而干燥的空气、空调环境及季节转换和年龄的增加都会破坏肌肤的天然循环。所以，温和的人工清理角质能帮助肌肤稳定有序地进行肌肤自我更新。

Q

去角质的产品快用完了，有必要更换吗？

A



1 倩碧保湿洁肤水 210元/200毫升。

2

Q 我以前的皮肤非常细腻，为什么现在毛孔越来越大？

A

随着年龄增长，皮肤的新陈代谢日趋缓慢。皮下组织的脂肪层因为松弛而产生结构坍塌，逐渐呈现毛孔扩张现象。化妆品、污染物以及死去的皮下组织，都成为残留物压制毛孔，引起毛孔粗大。另外，挤黑头和痘痘等行为，也会让毛孔因受到过度的压迫刺激，造成表皮破裂。而毛囊口的恢复能力因伴随年龄增长不断降低，所以毛孔逐渐变得明显。



↑ 兰蔻新爽肤啫喱 395元/50毫升。



↑ 薇姿净肤爽肤水 129元/200毫升。

不要过分依赖粉底遮盖效果，尤其在油脂分泌旺盛的夏季。即使再细的粉底微粒，也容易混合排出的油脂，堆积在毛孔表面造成堵塞，从而影响毛孔的正常呼吸。所以回家后，应该在第一时间卸去粉底和彩妆。并依个人情况，每周做到两次深层清洁面膜，帮助毛孔排出肌肤底层不易清理的污垢。

A

Q 我习惯用粉底遮盖毛孔，是不是不好，会堵塞毛孔吗？

Q 怎样做才能预防毛孔粗大呢？



1 (左) 碧欧泉抗痘平衡洁面泡 235元/100毫升。(中) 碧欧泉抗痘平衡爽肤水 235元/100毫升。(右) 碧欧泉平衡调理露 325元/50毫升。

A

首先不要盲目节食，注意饮食均衡，保证足够的营养摄入，以避免体重的骤然升降而造成的皮肤松弛。其次，可多吃富含胶原蛋白的食物，猪蹄、肉皮都能帮助肌肤的胶原蛋白分布得更均匀，有效紧致肌肤毛孔。

畅快的“深呼吸”

毛孔、痘痘，无一不像噩梦般影响着你的快乐心情。别再犹豫，快跟我们一起

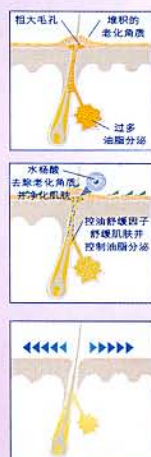
深呼吸STEP2：毛孔畅通

Q 对已经粗大的毛孔，该怎么护理才能让它们回复到原来呢？

A

应该针对毛孔本身对症下药，恢复皮肤的弹性，弥补缺乏胶原蛋白的流失，在促进表皮细胞新陈代谢的同时，深入毛囊抑制皮脂分泌，维持毛孔干净及紧致度。也就是说，在净化毛孔的同时，加强肌肤本身的弹性结构改善，才是最佳的收缩毛孔之道。

水杨酸帮你收缩毛孔



Q 好不容易把鼻子上的黑头挤干净，怎么没两天又冒出来了？

A

去除黑头·绝招三部曲



↑ 用手指蘸温水轻轻拍打鼻部，让毛孔温和地张开。↑ 用Baby油由内向外轻柔揉。↑ 将化妆绵轻轻覆盖在鼻子上，半分钟后拿下。

Q 近一段时间，我脸上的痘痘总在同一部位冒出来，真的不能根治吗？

A

因为彻底修护细胞需要一年时间，所以看上去似乎已经“消亡”的痘痘，实际仍有炎症暗藏在细胞深处。所以，一旦遇到刺激或细菌，痘痘就会在同一个部位再次冒出。所以，千万不要被表象上的好转所迷惑，想要拥有光洁的肌肤，必须坚持呵护直到肌肤底层的细胞得到真正的“重生”。



一露得清深层净化洁面乳 产品未定价。

黑头是硬化的油脂堵塞物，通常出现在额头和鼻子部位。受到挤压时，会呈黄浊的油脂状流出。表面上毛孔被清理通畅，而实际毛孔底层的油脂腺却因受到过分刺激，而分泌出更多的油脂，经过氧化后成为新的黑头堵塞毛孔，造成黑头清除不尽的恶性循环。

中式甜品Beauty Skin方案

身在拥有几千年饮食文化的中国，爱漂亮的美眉就有福了。那些令外国人大吐舌头的奇怪食物其实很多都是养颜圣品，难怪美容界中“汉方美容”风靡一时，中国美人的细嫩光滑肌肤有目共睹。现在就跟我们来学习几道能让肌肤呈现鸡蛋般光滑的中式甜品。

策划&文/王萌稚 执行/赵颖琦 摄影/沈刚 插图/郭庆玲 场地&制作支持/海老龟（上海雁荡路41号）



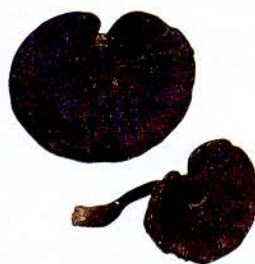
油性肌肤看这边

油性肌肤的“妹妹”——肌肤不光滑，多是因为皮脂腺分泌旺盛导致的。中医称为“湿”，表现是毛孔粗大，有黑头和青春痘。在食物上应该多吃凉性、平性食物，所谓“清热去湿毒”。



清热去湿，对抗痘痘

01 灵芝龟苓膏



材料

灵芝、金钱龟板、土茯苓、甘草

做法

A 将灵芝、金钱龟板、土茯苓都洗净，加入少许甘草，用水熬制成膏状。

B 吃时加入炼乳或是蜂蜜，调节苦味。

TIPS

- 1 龟苓膏其实是龟板和土茯苓熬制而成，所以叫龟苓膏。
- 2 龟苓膏具有清热去湿及解毒作用，能清除体内的湿毒，对敏感湿疹、暗疮、生癣等均有帮助。
- 3 灵芝性温味淡，有滋补壮体，提升免疫力的作用。
- 4 家里制作龟苓膏比较麻烦，现在超市和甜品屋都有出售，比较方便。

美味度 ★★★★★

难易度 ★★★★★

功效度 ★★★★★

02 奇异果芦荟爽

材料

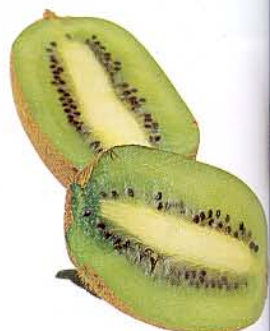
奇异果（猕猴桃）、新鲜芦荟

做法

A 将奇异果和芦荟都洗净去皮。

B 一起放入搅拌机中打碎成汁。

C 吃时可以加入蜂蜜或糖汁调味。



TIPS

- 1 芦荟蕴含75种元素，与人体细胞所需物质几乎完全吻合。健胃通便，美肤润颜，能改善皮肤粗糙和粉刺，淡化黑斑、雀斑。
- 2 奇异果含有丰富的维生素C，有强力的抗氧化作用，被称为抗老蔬果。
- 3 不适宜孕期、哺乳期及慢性腹泻者。

美味度 ★★★★★

难易度 ★★

功效度 ★★★



排毒通便，粉刺不见

五大中国食物

对肌肤光洁有帮助



蜂蜜：含有使肌肤润泽有弹性的成分，可以有效缓解干燥肌肤所产生的小细纹。适当吃蜂蜜，有利于消化。



核桃仁：古代医书中曾记载：“食之令人肥健、润肌、黑须发”。可见核桃仁具有很好的美容功效。



红枣：是女孩们的美容补品。对于气血两亏导致的面容憔悴、脸色不好、嘴唇干燥有神奇的作用。



杏仁：从古至今，杏仁内服能起到美容嫩肤、面色红润、延年益寿的效果。它还是制作面膜的理想材料，能润肤。



黄豆：除了富含植物蛋白和脂肪外，还含有较丰富的维生素E，防止肌肤干燥。长期食用，能令肌肤润泽。



03 杏仁炖燕窝



材料

燕窝，杏仁，红枣，糖

做法

A 燕窝洗净，在清水中浸泡半天，发开后拣去杂质，滤干水分，于适量水中炖30分钟。

B 杏仁烘干磨成粉，加水 and 红枣熬成杏仁汁。

C 把炖好的燕窝加入杏仁汁，加糖调味。

TIPS

- 1 燕窝含有丰富蛋白质及其他有益元素，养颜润肺，清痰止咳，生津益血，添精补髓，滋阴健体，长期服用能延年益寿。
- 2 杏仁有滋阴补血，美颜润肺的功效，常吃能令肌肤紧实。

美味度 ★★★★★
难易度 ★★★★★
功效度 ★★★★★



干性肌肤看这边

干性肌肤最容易因为肌肤缺水而产生皱纹，或是干燥脱屑，没有弹性，中医称为“燥”。这类人要多食用些增加肌肤胶原蛋白的食物和补阴类中药。

增强弹性 美白养颜

04 红椰子炖雪蛤膏

材料

红椰子，雪蛤膏，冰糖

做法

A 雪蛤膏先用温水泡开，洗净，加入少许姜片煮开，捞起滤干。

B 将滤干的雪蛤膏加入清水炖3小时。

C 把红椰子盖破开，倒出一些椰汁，再加入炖好的雪蛤膏和冰糖，即可食用。

TIPS

- 1 雪蛤膏有强身养颜滋阴润肺的作用，也对神经衰弱者有滋补功效。在我国南方是常见的滋补品。
- 2 椰子补虚益气，红椰子是椰子的一种类型。

美味度 ★★★★★
难易度 ★★★★★
功效度 ★★★★★



润肺润肤 滋润养颜



为了10001

这里有**10001**名即将踏入大学校门的孩子
他们品学兼优 他们自强不息
然而，他们的家境却又是如此的贫寒、窘困
面对大学的费用，他们无能为力
无奈的泪水早已浸透那夺目的大学录取通知书
贫穷使他们梦想中神圣的知识殿堂变得遥远而模糊……

1元钱，可以让他写封家书报个平安
10元钱，可以让他买一本期待已久的参考书
100元钱，可以让他买张车票回家探望父母
2000元钱，结对资助一名特困大学生
可以让他不再为一年的生活费而苦恼

捐赠途径

直接到基金会捐款

通过银行汇款

户 名：中国扶贫基金会
帐 号：0380410810002
开户行：招商银行北京分行中关村支行

通过邮局汇款

单位名称：中国扶贫基金会
地 址：北京市海淀区双榆树西里36号南楼四层
邮 编：100086

捐款请注明：捐助新长城项目

感谢您为贫困学子付出的爱心！
请填写以下内容以便与您联系：

捐赠人姓名： 联系电话：
捐赠人地址： 邮编：
E-mail：
捐赠金额：100 ☐ 200 ☐ 500 ☐ 1000 ☐ 2000 ☐
捐赠人自己设立的金额：
捐赠留言：

十二星座女孩香氛物语!

催化爱情的魔法味道

香水就像一袭轻轻包裹肌肤的轻纱，为你带来幸运和美妙的恋情。《瑞丽服饰美容》首次隆重推出星座恋情香水专辑，不可思议的神奇魔力，你也来领教一下吧!

摄影/ 瀧瀬微

无与伦比
的颜色
是今年的
热点之作

伊甸园的彩虹飞
向幸福

—雅诗兰黛霓彩伊甸
香氛 650元/50毫升。
水滴外形可作为幸运
物携带。甜美浪漫
诱发无数美妙想像。

书籍式
包装香水
你的幸运
“指南”

静静地守护浪漫
爱情

—GUCCI夏日狂爱女
士香水 未上市。典
典标志若隐若现，成
熟的香型让爱情也渐
渐成熟。

蓝色是
本年度
提升运
势的
颜色

搭配今年最幸运
的颜色

—D&G逸蓝女士香水
\$38元/50毫升。清爽
的花果香型，仿佛地
中海上空的海风，充
满着醉人的爱情味道。

夏季提升恋爱运香水前三名

love power 200% up! 与你选的香水有关。

风之星座

(双子座)(天秤座)(水瓶座)

选择标准小贴士

- ① 造型棱角分明
- ② 清淡的香型
- ③ 瓶身为绿色或黄色

风相星座的女孩性格开朗，善于社交，使用清爽独特的香型最能提升好感度。外观也应该选择线条简洁的直线设计。

CK ONE summer
豪华限量版 未上市

1. 在经典ck ONE的香调中加入泡泡橙系列的香味，激活属于夏天的恋情。

GUCCI ENVY

女士香水 655元/50毫升

2. 简洁的瓶身线条很有都市感。风信子、木兰花与草香，谁能抗拒如此的清新纯净。

BVLGARI 宝蓝男士香水
390元/50毫升

3. 虽是男士香水，但果香调和茶香调在女孩中间也是大受欢迎，而且更容易唤起男士的共鸣。

carolina herrera chic

212女士香水 未上市

4. 微微辛辣的花果香调，25毫升的迷你规格，便于携带，就算下一个转弯要碰见心仪的他，也来得及哟。



向各星座女孩推荐

UP 恋爱运的香水法宝

女孩的性格千变万化，香水细微的差别又可衍生无数风情。因此无论是香型，还是颜色、造型都要与星座特征丝丝入扣，才是真正属于你的那一款香水！



土之星座

(金牛座)(处女座)(摩羯座)

选择标准小贴士

- ① 自然的植物造型
- ② 以草木香调为主
- ③ 运用自然界的色彩

以大地和草木为灵感的自然香调，可以将土相星座女孩身上蕴藏的含蓄情感激发出来。瓶身当然也以植物形状为佳。

ANNA SUI

女士香水 560元/50毫升

1. 从花香到果香，香调优雅，富于变化。黑玫瑰瓶身设计妖艳奢华，给他一个不同的印象。

escada 海岛之吻

女士香水 未上市

2. 蓝与粉红和谐绽放，效仿地中海悠长假期的意境。如同置身于爱情电影中。

lily of the valley

女士香水 未上市

3. 使用铃兰等天然香料。包装上的铃兰花与香水的内涵，都仿佛在期待爱情。

KENZO 仙氛叶女士

香水 470元/50毫升

4. 全新的清绿茶香调，清绿调以铃兰为主，花香调以茉莉、牡丹为主。

火之星座

(白羊座) (狮子座) (射手座)

选择标准小贴士

- ① 个性十足的色彩和瓶身
- ② 令人印象深刻的香调
- ③ 艳丽浓重的颜色

提升火相星座女孩与生俱来的热情，颜色艳丽的瓶身和引人注目的设计激发你更多的热情，开启你的奇幻旅程。

alexander mcqueen BLV 宝蓝女士香水 王国女士香水 未上市 470元/40毫升

1. 浓艳的心形瓶身，将你引领入一段刻骨铭心的狂热恋情中，这难道不是夏天应有的情节吗？
2. 令人意想不到的香氛，以姜为香调，明媚的蓝色瓶身存在感十足，是一个让他记住你的好理由。

Dior 红毒女士香水 350元/30毫升 LANCÔME 真爱女士香水 500元/30毫升

3. 红毒香水散发着野性和神秘。红色果实形瓶身象征美满的爱情，不妨将这个寓意讲给他听。
4. 璀璨香水将淡雅与浓郁混合，瓶身琥珀般的颜色更适合狮子座女孩。用你的热情激发他的激情吧。



水之星座

(巨蟹座) (天蝎座) (双鱼座)

选择标准小贴士

- ① 浪漫风情的瓶身
- ② 温存恬静的香氛
- ③ 粉嫩的颜色

恬静可爱的香水一向是水相星座女孩的首选。尤其是尊贵的公主式瓶身，点缀在房间里，一定使你的恋爱运大开！

ANNA SUI 蝶恋女士香水 550元/50毫升 BVLGARI 白茶古龙水 420元/40毫升

1. 婀娜多姿的蝴蝶瓶身，甜蜜的花朵香调，组合出这一款为水相星座量身定做的香水。
2. 含有白茶天然成分配方，有放松身心的功效。心定气闲的优雅女人味，让他细细品味，慢慢上“瘾”。

COSTUME NATIONAL SCENT CLOSS女士香水 未上市 410元/50毫升

3. 纯美的花果香调，是一种魅惑的味道，粉色的磨砂瓶线条柔和，一如纯情的少女心情。
4. 2004年好事将近的你，充满对红地毯的渴望。清新的花果香调让他对你怜爱有加，实现最浪漫的事。



和“前任”再续前缘

重要提示 成熟的果实颜色和形状引导你们的爱情进入崭新阶段

嗅到这种香气，就会唤起他的回忆……浓厚、甜美的香调最能唤起曾经的爱恋。若无其事地接近，用香气唤回你们过去的热情。



Dior紫毒女士香水 380元/30毫升

↑无与伦比的魅惑力，颠覆所有繁文缛节，重新点燃爱之欲火。

让他对我死心塌地

重要提示 玫瑰色线条圆润的瓶身，是具有安定感的设计

如果你想使两人之间的红线系得更紧密，就不要去选择那些瓶身纤细玲珑的香水，尤其是底部不平稳的。还要将香水放在容易看到的地方。

小王子与玫瑰 未上市

↑让他的感情和香氛同时从小王子对玫瑰的爱情中汲取灵感。



YSL 巴黎春天女士香水 420元/50毫升

↑玫瑰色的恋情是这款香水的主題。清爽的野玫瑰香气令人印象深刻。



让他的眼里只有我

重要提示 杏眼圆睁，香水就是我的表情

瓶身的设计很重要哦，眼形设计据说有防止外遇的魔力哟。圆睁的双眸直看到他的心里去，看还有什么人敢来骚扰！



从容应对恋情中的任何状况

神奇香水，让爱意满满

香水的神奇力量不仅仅在于香调，瓶身、颜色、使用的方法也是大有学问。现在就教你如何利用香水解决爱情难题！

ANNA SUI 洋娃娃女士香水 510元/50毫升

↑含有佛手柑、紫罗兰等精华，具有层次感的变化令人回味无穷。

制造与他的一见钟情

重要提示 如春风般清新，不含一丝尘世的污浊。对人际交往起润滑剂作用的粉色、清新淡雅的花香都可以在第一次见面就替你紧紧扯住他的注意力。面对面等场合也一样有效哟！

今晚的约会要他告白

重要提示 用不安的心情在猜测，就如这只香水瓶吧

学会用香水提高成功率吧。轴承状的设计有一种不安定感，此时一定需要他的告白，让内心安定下来。



PREMIER JOUR 女士香水 未上市

↑加入期待幸福的糖果香，每一次约会都要努力得到他的爱。



娇兰樱花香水 360元/35毫升

↑经典的草莓味道淡香宜人。平时不喜欢使用香水的你也可放心使用。

GIORGIO ARMANI 感受女士香水 未上市

↑充满东方风情，细腻优雅，淡淡的幽香抚慰他见不到你时的寂寞。

赢取异地恋爱的胜利

重要提示 丰实厚重的大地色系牢牢连结两颗心

温暖厚实的大地色系，以及独特得可以成为你的代言人的香调，多远的距离也不能隔断你和他的爱恋。





使木讷的他蠢蠢欲动

重要提示 清爽的前调，妩媚浪漫的后调，变化多端的香氛最大限度刺激他的感官

充满女人香，甜美诱惑，香调富含变化，从淡雅变为魅惑性感，无论白昼还是黑夜，都为你牵扯他的思绪。

NINA RICCI

左 淘气精灵女士香水2 未上市
右 淘气精灵女士香水1 未上市

→ (左) 杏花精华与香草精华的完美调合。(右) 大胆采用普罗旺斯的番茄，香氛清新脱俗。



他不错，他也很好，举棋不定……

重要提示 在房间里放上成对的香水，避免“撞车”

还在两个男人之间游移不定的你应该立即在房间里摆上成对的香水（相同设计），给自己一点时间，再看看……



CLINIQUE Happy

女士香水 485元/50毫升

→ 欢快跃动的花香让他忘却遭到拒绝的失意。

我们还是做好朋友吧

重要提示 面对他的鲁莽，委婉地表达，不失分寸

他不是你要等的那个人，你已认定，但又不愿伤害他，那就选择这款葡萄柚和草莓花的混合香氛吧。



YSL stela mactomme

女士香水 未上市

→ 女人，魅惑，性感都在这款香水中表露无遗，具有巨大的“杀伤力”。

我要把他夺过来

重要提示 释放心中炙热的情感，把那个男人从她的手里夺过来

火热的紫红色帮你成就这份“掠夺式”恋情，以玫瑰香为基调的香氛让他意乱情迷！

GIVENCHY

海洋香榭女士香水 未上市

↑ 不仅女士们青睐，就连男士们也为之倾倒的一款经典香水，洁净如水般的香氛十分珍贵。



J.Lo 故我女士香水 530元/50毫升

→ 詹尼弗·洛佩兹的倾心之作，透明感十足，又不失性感，这才是男人们心目中最佳的女伴。

期待海边的浪漫邂逅

重要提示 热带水果香氛让男士欲罢不能！

大自然里的你，散发着大自然赋予的香气。海滨度假最适合携带一款芒果香味等的热带水果香氛。

pasteque-mangue 女士香水 未上市

→ 在法国人气绝高的一款香水，蓝莓与葡萄柚的配合令人心旷神怡，细长的瓶身适合携带。



我要结婚！

重要提示 瓶身上的戒指为你和他证明永远的爱恋

圆形的瓶盖，圆形的瓶身象征着爱情的收获，更为叫绝的是瓶口处的戒指，设计独特，伴你走上完美婚姻的红地毯。

相亲晚宴中一枝独秀

重要提示 金色光辉，圆形瓶身，为你聚焦众人的视线

在相亲或酒会等重要场合，如太阳般闪闪发亮的圆形瓶身会赋予你吸引无数艳羡目光的魔力。



LANCÔME

引力女士香水 650元/50毫升

→ 由植物鸢尾和广藿香提炼而成的花木香调，象征女性身体的圆形瓶身定能大大提升你的女人味！

为恋情和运气选择一款绝配的香水吧！让它带给你每天的快乐和甜蜜！

白羊座 ●3/21 ~4/19

选择象征女性身体曲线的瓶身

再女人一些，再性感一些，在这个夏季俘虏他的心！柔美的女性身体曲线瓶身帮你提升性感度的同时，也庇护你避开一些可能招致麻烦的感情。

GIVENCHY 紫钻丽人女士香水 527元/50毫升

→成熟的花果香调。焕发你潜在的女性魅力，成为他的梦中情人。



金牛座 ●4/20 ~5/20

幸运的绿色带你找到真命天子

这个夏季人气最旺的就是你了，无数优秀男孩也会在这个季节出现，清爽的香氛让你在众多男孩的簇拥中保持清醒。

CK ONE summer 夏季豪华限量版 未上市

→本夏季最清爽又性感的新作，幸运的绿色香水伴你度过令人兴奋的夏季。



双子座 ●5/21 ~6/21

自然的香气替你化解恋情风波

双子座女孩人际交往十分活跃，难免使他心生不满，发生纠葛。这时你需要的是自然气息的香氛，让他对你充满信心。

雅顿绿茶女士香水 485元/100毫升

→具有平和心态功效的绿茶焕发自然、宁静的香气，恋情亦随之稳定。



巨蟹座 ●6/22 ~7/22

柔柔的淡蓝色是你的开运色

整体运气呈下降趋势，如果不振奋起来，就会与缘分擦肩而过。淡蓝色的瓶身可以使你从消沉中振作起来，帮你早日遇见那个他。

AZZARO CHROME 男士香水 未上市

→虽为男士香水，但其中蕴含的绿玫瑰香气令不少女孩爱不释手。



狮子座 ●7/23 ~8/22

简洁的线条&粉色提升恋爱运

争强好胜的狮子座女孩即使面对深爱的他也忍不住要较量一番，还不快把脾气改一改？柔美的粉色会教你做个温柔可人的女孩。

磁力女士香水 未上市

→甜美花香十分符合恋爱心情，磁力这一名字也将恋爱中的你和他拉得更紧。



处女座 ●8/23 ~9/22

热烈的红色引你走向命运中的他

12年一次的幸运年里，能不能遇见你的白马王子？火热的红色瓶身替你解答这个问题。处女座的你腼腆羞涩，就让这款香水赋予你勇气吧！

alexander mcqueen 王国女士香水 未上市

→与浓艳的心形瓶身一样浪漫，散发女孩柔美热情爱。



天秤座 ●9/23 ~10/23

Baby粉色替你避免出轨的恋情

你可能会迷恋上一位你平时根本不会有感觉的男人，也可能被一个玩心很重的人不经意伤害……Baby粉可以帮你从这些纷繁杂乱的恋情中解脱出来。

幸运贝壳女士香水 未上市

→玫瑰香氛与清新海盐气息相混合，宜人的香气自然而然成为你的一部分。



天蝎座 ●10/24 ~11/22

黄色瓶体助你打败情敌全部拥有他的心

这个夏季你很可能会陷入一段三角恋情中去。只要随身携带黄色香水瓶，就可以让你的女人味加倍焕发，而且可以纠正你一向过于天真的想法，让他另眼相看。

淘气精灵女士香水3 未上市

→融合了香橙、苹果等多种水果香型，个性十足，又十分性感。



射手座 ●11/23 ~12/21

尊贵瓶身令你女性魅力大大提升

夏季的你情绪很不稳定。这款看起来就很恬静的香水可以帮你恢复平和的心态。柔和的花果香型，最能唤起男孩的好感。

纤细的吻女士香水 未上市

→混合了玫瑰、兰花的柔和花香，散发女孩柔美优雅魅力。



摩羯座 ●12/22 ~1/20

这个夏季你的幸运色就是亮橙色！

一向对恋爱采取谨慎态度的你，在这个夏季极有可能会迷恋上一位对你较为冷淡的男士。为了获得他的青睐，你需要明亮的橙色来提升你的存在感。

CLINIQUE happy 男士香水 未上市

→淡雅清爽的中性香气虽略含辛辣，但不失柔和，女孩子同样适用。



水瓶座 ●1/21 ~2/18

独特的瓶身设计为你谱出一段动人恋曲

这个夏季出其不意的爱情会造访你哦。这时你需要一款具有独特瓶身设计的香水，别致的设计会提升你的品位和想像力。

蓝色猫头鹰女士香水 未上市

→在芬芳的苹果茶香中又混杂了多种水果香型，闻起来就十分诱人。



双鱼座 ●2/19 ~3/20

花朵造型引领幸运抉择

不喜欢听取别人的意见，是双鱼座的弱点。如果遇见感情骗子，自己也难以分辨。粉色花朵造型可以帮助你改善这种不完美的恋爱心态。

Histoire d'haour2 女士香水 未上市

→花朵造型瓶身使你期待已久的爱情梦想成真，为你吸引真正的恋人。





MENTHOLATUM

曼秀雷敦洁面系列

丰盈洁面泡沫+温和护肤配方

两份轻柔 一份洁面感受

全新曼秀雷敦洁面系列，轻轻一按喷咀，即产生大量柔滑丰盈洁面泡沫，彻底洁净肌肤；加上温和护肤配方，给你前所未有的轻柔洁面感受。

曼秀雷敦清爽洁面泡沫，含天然黄柏树精华，洁净控油，专为油性及暗疮性肌肤而设。

另外，温和洁面泡沫蕴含洋甘菊、芦荟精华及甘油，天然滋润，适合娇嫩及敏感肌肤使用。



温和呵护 清爽控油



这里很特别

↑自然内卷发梢将女性妩媚表现得淋漓尽致

(为重枝里 大二学生)

散落在肩部的卷发与吊带背心最相称

利用头发的层次打造浑圆的顶部轮廓，刘海顺头发生长方向自然梳理。



这里很特别

←用发梢的圆形卷曲尽情演绎女性魅力

甜美的卷发令绚烂的橘色更加醒目

向内侧卷曲后，用发蜡固定成形。甜美的卷发造型，比什么都抢眼。

(藤井明子 职员)



婉约的发型将连衣裙衬托得更加甜美

发束感可以提升成熟气质，两侧的卷发也勾勒出漂亮的脸部轮廓。

(本田和惠 自由职业)

★哪些款式能展示女孩的个性魅力？

↑绚烂的橘色是今夏最in色彩。



↑活泼的logo印花休闲背心。



↑男孩们最动心的雪纺绸短裙。

备受宠爱的休闲又不失优雅的服饰

新款人气发型展开

夏



★「温柔又有个性的女孩」是什么样？



羽田玲子 新闻记者

「一定要有成熟味的纯真」

在优雅中流露出孩子般的可爱，可以用服饰结合发型来实现。



神户蓝子 大四学生

「会用绚烂的浅色散发魅力」

轻柔的色彩很女性化，但要穿出特别的味道就要在细节上花心思了。



水谷寿美 大二学生

「女人味的发型最吸引男孩」

约会时，女人味的妩媚发型很容易令人有心动感觉，想用手去触摸。

★「个性发型」今夏大受欢迎

1 蓬松浑圆的顶部

头顶头发轮廓呈圆形，分发痕迹不过于明显，制造自然立体效果。

2 动感的飘逸发梢

耳朵下面的发型轮廓保持自然的浑圆，并制造出发梢的动感。

3 侧面看也蓬松漂亮

修剪层次后，将头发从两侧向后梳理，自然形成圆润的轮廓。

ZACC高桥先生的建议

PL发型是万能发型

“PL”是英文“private label”的缩写，所以个性发型也称PL发型，它适合任何脸型。



夏之HAIR
多角度报道!

夏日恋曲

发型新方案

全面发布!

在恋爱的季节里，用美妙的发型将他的心完全俘虏。日本的4大人气发型沙龙特别为Ray女孩设计了充满夏日滋味的发型！与时尚服饰和迷人香氛一起制造浪漫，让他欣然臣服吧！

摄影/桑崎まこと(P230~231, P238~239)/藤田修弘(P232~237, 241),
瀧瀬徹(静物)造型/大日野浩子

NEW ★ HAIR

1 温柔而不乏个性的 细节设计

利用细节打造出温柔而富有个性的发型，并与服饰组合出甜蜜的约会方案。在自然中不断散发幸福感，一定要尝试哦！

←个性中不乏妩媚与可爱，将发型和服装搭配和谐才是约会模样。

尝试PL发型的女孩

聚集人气

完全目录

发型与服饰搭配，共同打造出只属于自己的甜美个性。让发梢飞扬起来，感受弥漫在夏天里的浪漫。



这里很特别

↑ 顶部的头发做出发量，刘海也比较厚重，增加女性妩媚。

公主刘海加卷发

打造乖巧新女性
→ 顶部头发蓬松，与随意的直刘海和两侧卷发自然混合，将甜美的感觉进行到底。

相川智华 自由职业

HAIR DATA

硬 软

多 少

直发 卷发



这里很特别

↑ 将头发吹在耳朵后面，再顺着耳朵轮廓向前弯卷。

粉色背心

增加短发的柔媚印象

→ 将头发卷出自然蓬松的效果，制造出质感来保持平衡美感，保持发梢均向内卷曲。

菅野结以 大二学生

HAIR DATA

硬 软

多 少

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发



这里很特别

↑ 将靠近发梢部分的头发收紧，发梢轻轻向外翻翘。

PL发型即使

是短发也充满动感

→ 在靠近发梢的部位制造出蓬松感，和甜美的顶部头发相呼应，同时突出发梢的纤细。

首代美惠 大二学生

HAIR DATA

硬 软

多 少

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发

直发 卷发



Private Label 发型成就

越来越多

的PL发型



这里很特别

↑ 长长的刘海蓬松而微微弯曲，散发着女性的娇媚。

与可爱上衣相映成趣的成熟刘海

一细节较多的上衣和过于卷曲的发型组合有些繁琐，因此只将发梢卷曲，刘海梳理自然即可。

生山晓 模特



这里很特别

↑ 颈部周围的头发要适当保留发量，看起来很雅致。



自然蓬松的同时
发型轮廓也要清晰

顶部轮廓清晰又甜美，头发形成适当的发束感，并卷出大波浪，向惬意休闲的造型靠拢。

村松由美 自由职业



这里很特别

↑ 两侧头发向外翻卷，和刘海自然融合，令人想轻轻触摸。

自然蓬松的同时
发型轮廓也要清晰

一选择橘色发色，用发卷在发型整体制造出蓬松的波浪，顶部头发也加入空气感。

齐藤奏美 大四学生



这里很特别

配合别致的吊带背心
发型采用MIX风格

配色成熟和细节可爱的吊带背心，用温柔的卷发来搭配，从任何角度看都很妩媚。

小柳晴代 大三学生

↑ 为了制造出脑后发型的圆形轮廓，要仔细修剪层次。



数据的参考方式：根据头发的软硬度、发量的多少，涂抹相应的色块。另外，还有适应发质的直发、沙发的表示，适合发型的脸型，比如长脸、倒三角形脸、圆脸等都图形表示。

夏日人气GIRL

NEW ★ HAIR

呼唤恋爱季节！ 散发芬芳的发型

诱人的香氛和发型，让你的气息无时无刻不萦绕在他心间，仿佛梦中情人出现在眼前。现在就开始为美妙的恋曲努力吧！



美妙的
香氛

俏皮妩媚的诱惑，
备受他的宠爱！

清新宜人的夏季短发

随意短发，放弃用魅惑的方式讨好他，清爽的发型衬托少女的纯真，一举侵袭他的内心。

铃木若菜 大四学生

D&G蓝光女士香水

海蓝色和白色的纯美组合让人一见钟情。弥漫着地中海风情的花香。



美妙的
香氛

YSL情窦女士香水

甜美的芬芳中弥漫着女性的妩媚，让你感受着玫瑰绽开般的迷人氛围！

推荐单品！



↑(左)Dior Forever and ever女士香水。(右)YSL巴黎春天女士香水。

甜美的形象
如同待放的
玫瑰

性感又 甜美的发型

像混合着果香与花香的香氛一样，蓬松的长刘海混合着少女的天真和女人味。

黑木夏生 大二学生

美妙的
香氛



J.Lo still女士香水

↑仿佛混合着日本酒的清香和红酒的醇香，带着迷幻味道，总是令人着迷。

推荐单品！

↑(左)ANNA SUI甜蜜梦境女士香水。(右)L'Air du Temps女士香水。



健康的日晒色彩
带来别样的魅力

辛辣的 超级性感发型

让他的心跳加速的性感造型，特别的味道加上酷感的发梢，塑造你帅气的外表。

合濂美纱 自由职业者



倉持紀子
职员

出奇制胜的
甘美玫瑰香气

LADY味道的发型

在锁骨部位飘忽的内卷发梢，再加上诱惑的香气，让男孩的视线不自觉地为你留连。

美妙的
香氛



LANCÔME奇迹女士香水

甜美和浓郁并存，苍兰，荔枝的清香味道，让你的感觉也发生变化。

推荐单品！

↓(左)ANNA SUI
蝶恋女士香水。
(右)GUCCI RUSH
女士香水。



美妙的
香氛



音藤亞紀
自由职业者

推荐单品！

↑(上)ck永恒
女士香水。(下)
ANNA SUI洋娃娃
女士香水。



成熟漂亮的
邻家女孩形象

轻重有致的卷发

配合浓郁成熟的香氛，设计了一款将厚重与轻快巧妙结合的卷发造型。

上津原由貴奈
大二学生



美妙的
香氛



ESCADA 海岛之吻女士香水

以地中海岛屿为主题，鸡蛋果的气息带给你异国情调，与这个恋爱季节非常相配。

推荐单品！

↑异域风情的香
氛。(左)ESCA-
DA女士香水，
(右)淘气精
灵女士香水。



推荐单品！
充满理性的
香氛。
(左)MOSCHINO
女士香水。(右)
GUCCI ENVIY
女士香水。

山岸千春
大二学生



美妙的
香氛



经典女性专属的
花香型香氛

多层次修剪发型

柠檬香混合花香，静谧而层次丰富的香氛与层次分明的发型搭配最相宜。

倩碧 HAPPY 女士香水

适合在办公室使用，浓淡适宜的香味给人留下美好印象。

细碎浪花式发型

自然的香氛让你仿佛置身海边，搭配不拘谨的发型，提升你和他的亲密感觉。

他去南国约会吧，
实现蓝色的梦！

237页对“散发芬芳的发型”有详细的说明和介绍！

7种方式演绎散发芬芳的发型

拥有梦想中的美丽，让一成不变的发型有所改变。
现在就将之前介绍的芬芳迷人的发型要点及技巧介绍给大家，
让具有恋爱魔力的发型改变你的夏日！

1 性感又甜美的发型

YSL情窦女士香水

HAIR RECIPE

1 顺滑自然的斜刘海

→ 将刘海按8:2的比例分发，眼角处的发梢自然卷曲。

2 柔和质感的纵向发卷

→ 混合不同方向的卷发，只在脸部周围强调卷发的弧度。

3 发色采用珍珠灰色

→ 要卷发更立体更有光泽，那就要挑染灰色调的珍珠色了。

4 飘逸自然的发梢流向

→ 剪发时注意调节发量，发梢灵动起来，才能体现华美气质。



2 清新宜人的夏季短发

D&G逸蓝女士香水

HAIR RECIPE

1 流畅漂亮的圆弧轮廓

→ 顶部头发保持蓬松的圆弧轮廓，才能展现短发的可爱之处。

2 刘海衬托闪亮的眼睛

→ 醒目的短刘海给人清新印象，刘海的长度保持在眼睛上方。

3 包裹脸部的漂亮发梢

→ 紧贴脸部的发梢，可以展示柔美气质，发梢要修剪细碎。

4 颈部附近头发向内收紧

→ 颈部附近的头发向内收紧，能强调顶部头发的蓬松。



3 辛辣的性感发型

J.Lo still女士香水

HAIR RECIPE

1 刘海稍微有些厚重

→ 长及眼睛的刘海演绎女人味，注意刘海的表层比内层略长。

2 两侧头发随意地向外翻

→ 外翻的发梢表达妩媚气质，打理出发束感，可避免过于甜美。

3 紧贴脸部的性感发束

→ 顺着脸部的轮廓制造出发束，正好衬托出脸部的线条。

4 古铜发色×暗色发色

→ 全体头发染古铜色，显得个性硬朗，发梢部分染暗色。



HAIR RECIPE



1
→ 为了令发梢有层次和立体感，要将发蜡涂抹在发梢的卷曲部分。

2
→ 用吹风机从下往上吹发梢，吹入发束的空气让蓬松效果更自然。



3
→ 梳理刘海之前，用圆筒梳将刘海向内卷梳，并用吹风机定型。

4
→ 将刘海发根向外卷梳，这样发根也立体起来，令刘海的卷曲更流畅。



HAIR RECIPE



1
→ 用吹风机从后面吹头发，同时手指插入发束内梳理头发走向。

2
→ 用手提起顶部头发的发根吹干，让空气充分进入，制造圆弧轮廓。



3
→ 涂抹软性发蜡时，从上往下压紧发束，让颈部附近的头发收紧。

4
→ 再用手指捻动脸部周围的发梢，形成包裹脸部轮廓的清晰发束。



HAIR RECIPE



1
→ 用大号卷发棒卷烫耳下部分的头发，从中间开始向内卷曲。

2
→ 使用大号卷发棒，将耳上部分的头发向外卷曲，注意弧度不要过大。



3
→ 从顶部分发，用发卷分别向斜前方和后方卷曲头发，制造蓬松感。

4
→ 用手指抓住两侧向外翻卷的发梢，用定型剂将发梢的卷曲固定。



LANCÔME
奇迹女士香水

倩碧HAPPY女士香水

GUCCI RUSH2女士香水

ESCADA
海岛之吻女士香水

4 轻重有致的卷发

HAIR RECIPE

1 华美印象来自于蓬松的顶部

→空气感十足的发型最有女人味道。高耸的顶部头发，必不可少



2 两侧头发向外翻翘非常醒目

↑在优雅的造型中，俏丽的外翻发梢充满趣味。



3 柔软并动感的休闲卷发

→两侧头发向后梳理，后面的头发再向前卷出纤细的发束。

4 粉紫色的发色展示成熟气质

↑染发时发根染深色调，发梢处使用亮丽的色调。



5 多层次修剪发型

HAIR RECIPE

1 光滑的斜向刘海非常乖巧

→按照8:2的比例分出刘海，适度的厚重刘海给人优雅的印象。



2 清爽利落的纵向卷发

↑将两侧头发轻松地向外卷曲，打理你优雅的一面。



3 层次使发型侧面也很有魅力

→头发层次较多，两侧头发向后梳理后，面部表情明丽动人。

4 选择有光泽感的淡紫色发色

↑在棕发色中加入适量的淡紫色，令发质看起来更光滑。



6 LADY味道内卷发型

HAIR RECIPE

1 头顶高耸侧面层次分明

→9:1的分发比例更显性感，立体的发型，无意间透出妩媚。



2 充满空气感的斜向刘海

↑如微风吹拂般的蓬松，柔和的发质让好感度不断提升。



3 提升美人度的菱形发造型

→顶部头发高耸，两侧头发膨胀，可以轻松制造纤细小脸。

4 向内卷曲的发梢有一丝活泼

↑漂亮的纵向内卷发梢，让人总是想轻轻抚摸。



7 细碎浪花式发型

HAIR RECIPE

1 圆滑而蓬松的顶部

→圆滑的顶部给人一个毫不做作的印象，不要刻意制造蓬松。



2 蓬松的刘海透气清凉

↑在蓬松垂直的刘海中随意修剪，自然提升清爽印象。



3 耳朵附近的头发有膨胀感

→两侧的头发可以自然蓬起，再用上面的头发盖住即可。

4 漂亮流畅的波浪卷发

↑脸部周围的头发是外卷与内卷相混合，制造出动感。



1 耳下部分头发的发梢向内卷紧梳理，顶部头发也打理出蓬松的发卷。



2 将发根向上翻卷，用吹风机定型，再将两侧头发向外定型。



3 将发旋的头发用发卷向后卷5分钟，使自然的分发表迹消失。



4 用发蜡涂抹发梢，两侧外翻的头发要向外打理出发束。



1 全部头发向内卷烫后，将两侧头发分别分为几束再向内卷曲。



2 将刘海按照生长的方向，用卷发棒从刘海的中间向发梢滑动卷烫。



3 涂抹护发膏时，将两侧头发向后梳理，不要破坏发型轮廓。



4 手指从卷发内侧插入，向前抓涂护发素，强调束感。



1 将头发分为两部分，分别用小号卷发棒，从中间开始向内纵向卷烫。



2 用大号发卷向内卷刘海，两分钟后取下，将刘海向一侧斜向梳理。



3 在全部头发上涂抹软性发蜡，并用手分发，完成自然分发。



4 将刘海少的一侧头发梳理到耳后，打理出清爽印象。



1 吹干头发前使用定型水，使用圆筒梳从发根部位拉卷刘海，并吹干。



2 脑后头发也要用圆筒梳卷曲，并用吹风机吹干发根，增加立体感。



3 用耳后和耳朵附近的头发盖住耳朵，形成两侧的膨胀感。



4 用手指插入顶部发束，提起发根用吹风机吹出蓬松感。

NEW ★ HAIR

沙滩冲浪派 美人发型

3

要去海边约会吗？就从适合海边氛围的发型开始吧！不但吸引他的目光，也收集所有人的视线。

POINT



←在阳光的直射下，潇洒的直发造型很适合。

←在柔软的发梢用软性发蜡加入光泽感是关键。

让人忍不住想抚摸的飘逸发型

↑自然的褐色发色，让发梢看上去都很顺滑，两侧的头发的阳光下闪烁着光泽。

本田圭美 职员

清爽利落，全无做作感
自然好打理的直发

在海边很流行的发型让你不断感受夏日的热浪！修剪出动感发型，让海风轻抚秀发，美丽的沙滩女孩就这样产生了。

POINT



一休闲的发束状发梢，演绎着流行时尚。

发束感短发弹出海边特有的风情！

↑仿佛头发被海水打湿后又被海风吹干，在发梢形成自然的发束，发根又很蓬松。

柳武翔子 自由职业者



简约的直发成为最新经典约会发型。

↓制造出浑圆的脑后轮廓，并剪出丰富层次，虽然是直发，却不失卷发的动感魅力。

POINT



一贴紧脸部的发梢，提升女性含蓄的味道。

渡边麻衣子
大二学生



步步提升冲浪发型的魅力!

海浪般的波浪发

海洋派发型的代表造型，比以往更加可爱！令他心动的关键是，具有空气感的飘逸波浪卷发及透亮的刘海。

P O I N T

→厚重却不失蓬松的刘海给人柔和的印象。

→两侧的头发要有层次，能随风自由飘动。



让空气充分进入波浪发束

↑和大海最相称的波浪式发型关键在于卷发的自然效果。两侧、脑后的头发内外卷相混合，产生美妙的动感。

各務寛子 职员

帅气可爱的男孩气卷发

→从发根处制造发量，耳下卷发的发梢轻轻飘动，并且简单到用双手就可以完成。

P O I N T



→厚重的刘海要强调发束感，才有男孩的帅气。

藤田望花 大四学生

山崎ひな子

大二学生

P O I N T

卷曲发束最适合海边的风情

↑毫不做作的卷发才属于海边！两侧和发梢部分的头发采取内外卷混合的款式。



↑刘海剪薄后自然垂落，额头也隐约可见。

摇曳的闪亮耳环

强调纵向线条的长款耳环，搭配向外卷的发型，在细节上更体现女性化色彩。

—(左)莱茵石心形吊坠耳环，
(右)水晶吊坠+链形装饰耳钉。

闪亮
饰物

(左)大月香奈
大二学生

(右)広川恭子
大二学生

NEW ★ HAIR

4 与闪亮饰物&漂亮妆容 最搭配的发型

饰物和妆容让你比阳光更耀眼，现在就掌握如何运用发型和发色使你的夏日造型魅力加倍。

长款耳环搭配 耳下头发 向外翻的发型

长吊坠的耳环要反射夏日阳光的光芒，因此两侧头发要向后翻卷，将耳朵露出来，衬托耳环的光芒。



POINT

1 发梢的大发卷，与微卷发相互混合。比起全部的卷曲更有休闲味道。

佐藤杏子
大三学生

吸引力来自 发梢摇曳的发型

向外翻卷的发梢让颈部显得更加纤细，而且与耀眼的项链相互辉映！

➤ 大号心形吊坠的项链充满华美的气息，与露肤的上装很相配。



POINT

1 刘海的发梢从眼睛下方的位置开始，自然地向外翻卷，再与直发融合。



马浏圭子
大三学生

晶莹的耳环搭配 优雅迷人的直发

有存在感的大型耳环，配合知性的发型才经典。注意要让耳下部分自然裸露出来。

➤ 剔透的材质和大方的款式在盛夏能给人清凉印象，选择大型的耳环更有存在感。

美丽法则

- 1 两侧蓬松的头发强调耳环
1 要强调耳环的存在感，就要将耳朵两侧的头吹开。
- 2 光泽感超群的褐色发色
1 具有光泽的头发颜色与闪亮的饰物相映成趣。
- 3 摇曳的耳环与飘逸的发梢
1 和摇曳的耳环相呼应，耳下部分的头发自然飘逸。



美丽法则

- 1 基础发色是闪亮的金色
1 让发色也充满通透感，在夏天首选的妩媚发色就是金色。
- 2 在耳朵周围的头发使用亮色
1 为衬托耳环的闪亮，耳朵边上的头发也染上明亮的金色。
- 3 向内的卷发表现你的温柔
1 直线条的长款耳环与优雅的内卷发卷相组合，让温柔气息洋溢。



真锅摩梨
自由职业者

1 从眼睛下方的位置开始，头发自然俏皮地向外翻卷在肩头。



POINT

展示肌肤光泽的 露肤发型

用露出锁骨的外翻发型展示健康的性感，衬托肌肤的光泽和胸部线条。

➤ (上) ANNA SUI 香体乳，(下) 嘉娜宝闪粉。搭配使用，塑造香滑闪亮的肌肤。



POINT

1 染发时，用暗橘色染刘海，再加入浅褐色挑染发束，增加可爱度。

佐佐木千惠
自由职业者

精致的眼影 展示双眸的刘海

短刘海让闪亮的眼影成为亮点。并在刘海外侧染上亮色，制造生动的立体效果。

➤ 含珍珠光泽的高丝眼影膏。清丽的色彩也是魅力所在，加强你双眸的魔力。





正大福瑞达

C.P. FREDA

您可信赖的眼科专家



每天洗眼，清澈舒适

润洁®

眼部护理液

(药店有售)



具有清洁、营养、抑菌、除眼垢等作用。每天洗眼，能够防止和减少美容（卸妆）、戴隐形眼镜、空气污染等引起的结膜充血、眼痒、干涩等眼不适。





恋上洗眼新滋味

当你一丝不苟地卸妆，不厌其烦地清洁肌肤时，可曾想过你的双眼其实比你的肌肤更需要清洗。快来体验润洁为你带来的洗眼新时尚吧，让疲惫的双眼迅速舒适起来。

执行/蒋媛 插图/康璐 产品及资料鸣谢/润洁眼部护理液

风沙浮尘

肉眼见不到的浮尘夹杂在微风中，成为上班途中不受欢迎的访客，给双眼造成不适。



润洁护眼专家提示你

当双眼遇到不适时，可选择润洁眼部护理液洗眼，迅速缓解不适，抑制细菌。

电脑辐射

长时间地注视电脑，让双眼变得疲劳酸涩。



润洁护眼专家提示你

长时间目视引起眼痒、酸涩等症状，润洁眼部护理液能缓解眼部疲劳。

大气污染

中午去隔壁的餐馆吃饭，污浊的空气让双眼发涩，视线也不清晰了。



润洁护眼专家提示你

空气污浊造成眼不适，润洁眼部护理液的清凉感能帮你抑制污染带来的细菌。

空调杀手

别忽视双眼的补水需要。干燥环境，使眼球表面也失去水分。



润洁护眼专家提示你

润洁眼部护理液富含维生素B₆，让干涩的双眼得到全面的营养呵护。

烟熏缭绕

令人垂涎的美食伴随着恼人的油烟，熏出了酸涩的眼睛，似乎有异物进入双眼，难受极了。



润洁护眼专家提示你

选择润洁眼部护理液，将油烟熏你的双眼彻底“冲”走，还你一个透亮明净的视线。

疲惫洗眼

结束了一天的忙碌，将疲惫的身体泡在温水中，绝对是个不错的选择。



润洁护眼专家提示你

当身体享受愉悦的SPA时，别忘了用润洁眼部护理液关爱你的双眼。

正确的程序让洗眼事半功倍



rayli.com.cn taobao.com

买一瓶防晒霜 不要以三小时的日晒为代价

以被38℃的紫外线照射三个钟头为代价,去买一瓶防晒霜,值得么? 淘宝网,个人网上超级商城,100多万商品,品类齐全,在家就可清凉购得,还要日晒么? 化妆品琳琅满目,唇彩、眼影、润肤露,应有尽有,妆出你的夏日新感觉。淘宝网更有“支付宝”,让你的网上交易更安全。

阳光酷烈的午后,在18℃的清凉中,在淘宝网和瑞丽淘宝频道尽情逛街吧!



Life

是谁在宣扬，我为首饰狂

原来明星也和我们趣味相投呢

有一点自恋没关系，但坚决要拒绝“臭美”

女孩是花，要好看也要闻上去很美

泳装好漂亮，可是我的身材……

原来每个美眉都有这样的烦恼

可是他已经发来邀请我去海边的E-mail



泳装美女的
局部塑身全攻略

PARTS >> REMODEL

立刻奏效
穴位按摩

局部
塑身

泳装美女 局部塑身法

「辛辛苦苦减肥，瘦下来了，胸也没了」，你是否也有过这样痛苦的经历？不要紧，「穴位按摩」专攻局部，帮你重塑不满意的部位，简单易行，让我们现在就开始轻松打造泳装美女吧！



上津原由贵奈
大学二年级

一条纹比基尼泳装，清新亮丽，如出水芙蓉般令人艳羡。

手臂

赘肉太多，这样的胳膊怎么穿泳装啊！

攻略
难易度



易「招惹」脂肪的手臂令无数女孩扼「腕」叹息。特别是手臂内侧，平时很少锻炼此处，更是赘肉横行，让人无可奈何。对付这种烦恼，就要找到加快新陈代谢的穴位。

想要拥有纤细手臂的GIRLS，请看
第251页

胸部

聚焦率最高的乳沟怎么还那么「平坦」？

攻略
难易度



所有的女孩都梦想着拥有玛丽莲·梦露那样的胸部。想要丰满的女孩，可以选择刺激雌性激素分泌和乳腺发育的穴位进行按摩，很快你就会拥有美丽傲人的胸部了。

想要拥有丰满胸部的GIRLS，请看
第251页

腰腹部

水桶腰快走开！今夏跟你说GOODBYE！

攻略
难易度



减掉上腹部的脂肪，获得魔鬼身材，是许多女孩子的目标。想要达到这个目的首先要解决腰部疲劳的问题。此外，经常困扰女性的便秘也是一大元凶，需要特别注意！

想要拥有盈盈细腰的GIRLS，请看
第248、249页

大腿

要瘦长的大腿，不要粗壮的「萝卜腿」！

攻略
难易度



因为运动不足，眼看着大腿一天天「茁壮」起来，怎么办？最重要的当然是消除大腿的水肿。此外，如果能将松懈的臀部变得翘挺，瘦腿效果也会立竿见影。

想要拥有完美大腿的GIRLS，请看
第250页

小腿

再不要让「萝卜腿」告别「萝卜腿」！

攻略
难易度



小腿离心脏较远，循环到此处的血液费尽千辛万苦才能返回始发地，多余的水分易在此处堆积。你需要找到帮助它排出废物的穴位，对症下药，小腿自然纤细挺拔！

想要拥有纤细小腿的GIRLS，请看
第247页

★ 局部塑身攻略
指导专家



邱淑惠

曾就学于台湾荣民总医院的针灸中心，后来到日本东京教育大学（现在的筑波大学）学习穴位针灸。专家说：「穴位按摩可以实现局部塑身，只要集中按摩想要瘦的部位所对应的穴位，就一定会达到理想效果」。

穴位按摩立刻奏效
小腿&脚部

小腿+脚部改造篇

纤细的脚踝可以带动整个小腿，显得亭亭玉立！快来按摩，改善血液循环，排出废物。

从小腿内侧到脚踝的4个穴位

小腿

小腿仿佛永远跟水肿有着不解之缘，由于离心脏较远，血液循环缓慢，多余的水分和废弃物容易堆积。现在我们就来找到可以防止废物堆积的穴位！

→弯曲膝盖时出现横纹的中央位置是委中穴。小腿用力时突出的肌肉依次排列着承筋穴、承间穴和承山穴。



穴位
在这里

一起来穴位按摩
1 沿小腿肌肉边缘
用手指刺激4处穴位



↑坐在椅子上，跷起一条腿，将两手的食指放在小腿的委中穴上。双手环绕小腿，沿承筋，承间，承山穴，用大拇指之外的4根手指依次按压下去。

一起来穴位按摩
2 跷起脚尖再次按摩
可提高效果



↑按左图所示方法进行按摩，反复绷直，翘起脚尖。这样的按摩效果更佳。两腿各按摩1~2分钟，之后泡个澡，效果会更加显著。

夏天里，各种凉鞋竞相登场，没有纤细的玉足怎能穿得精彩。脚上的脂肪本来就不多，要想再瘦一些就需要按压刺激那些可以提高新陈代谢的穴位。脚部按摩要持之以恒才能见效。

脚趾和脚心的穴位可消除水肿

脚部



穴位
在这里

八风

→八风穴位于脚趾与脚掌连接处。



涌泉

一脚踝的前侧正中穴是解酲穴。太谿穴位于内侧的踝骨后，就在凹陷的部位。

一脚心中央稍前的位置就是涌泉穴。弯曲脚趾，内侧出现的凹陷部位就是这个穴位。

一起来穴位按摩
1 拇指食指按摩
力度要恰到好处



↑坐在椅子上，将一条腿架在另一侧大腿之上，用单手的拇指按压太谿穴，食指按压解酲穴。

一起来穴位按摩
2 双手配合按摩
同时刺激4处穴位



↑单手指与脚趾交错，刺激脚心的八风穴。一边用拇指按压太谿和解酲穴，一边旋转脚尖，左、右各30次。

PARTS >> REMODEL

LEGS

穴位按摩立刻奏效的基本问答 Q&A

Q

A

有没有简单易行的分辨穴位的方法？

不是每个人的穴位位置都完全相同。参考相关资料，用手按压，感觉到酸痛的地方就是正确的穴位。

Q

A

什么准备工作吗？

如果精神紧张，血液流通会不畅，影响按摩效果。首先放松身心，能够事先搓热两手，剪短指甲更好。

Q

A

什么时候按摩效果最显著呢？

只要身心放松，任何时候都可以，起床后和入睡前是最理想的按摩时间。刚洗完澡按摩效果也不错。

Q

A

坚持按摩，会达到什么样的效果？

如果能持之以恒，体内会变得干净起来。而且可消除疲劳，实现健康自然的瘦身。总之按摩的好处很多。

1 足部恢复膏(TIANKA 33.9元/7cm)
2 足部护足乳(李子/丝丽人 68元/50cm)
3 纤体精华霜(娇韵诗 390元/200ml)
4 紧肤精华露(升级版)/妮维雅 62元/200ml



进行按摩，效果倍增！
配合相应按摩用品

穴位按摩立刻奏效
腰部&腹部&背部

2

腰腹改造篇

一不留心，脂肪就悄然堆积，腰腹部的烦恼总是特别多。就让我们将饱满的上腹、肿胀的小腹各个击退，做个清爽的纤腰女孩。

有利于排出多余废物的穴位

腰部

想要拥有纤细的腰肢吗？那就要先解决掉腰腹部的赘肉。按摩可以刺激肾脏和膀胱的穴位，排出多余水分和脂肪，清肠通便，一举攻破腰部难关。

穴位在这里



一与肚脐相对的正后方，距离脊椎骨两指的地方就是肾俞穴。在分别向左、右两指的地方则是志室穴，一共四个穴位，呈水平方向排列。

一起来
穴位按摩

按压背部穴位，注意力集中到想瘦的部位



1

↑两脚分开站立，与肩同宽，双手叉腰，拇指按压肾俞穴和志室穴。加大手指按压力度，保持姿势向前躬身，停留片刻，直立。注意背部要绷直。

一起来
穴位按摩

按压穴位的同时伸展肌肉，效果倍增



2

上半身前倾，腰部以下不动

↑保持1中的姿势，假想自己正在向下弯腰，如图。将上半身向右侧倾斜，然后直立，再向左倾斜，各做5-10次。回到正位时要减轻手指按压力度。

一起来
穴位按摩

扭转上半身同时刺激小脚趾穴位

↓在小脚趾上接近趾甲的外侧就是至阴穴。刺激至阴穴可以有效去除腹部赘肉和水分，还可以医治头痛。

穴位在这里

至阴



一肚脐左右各三指的地方就是天枢穴。在肚脐向左右三指和向下三指各引一条直线，交汇处就是大巨穴。

POINT
踩压刺激穴位



POINT
扭转腰部

配合身体按摩膏使用，效果更值得期待！



1 凝采韵体润肤露/露华浓 34.9元(160ml)。2 活力焕肤磨砂啫喱/欧莱雅 100元(200ml)。3 Q10身体紧肤霜/屈臣氏 39.9元(200ml)。4 凝养抗干燥紧致美体乳/欧莱雅 120元(200ml)。5 纤体去脂霜/圣艾芙 240元(250g)。6 蓝莓全身膏/丝蓓人 119元(200g)。

按压成组穴位，瘦了又瘦

腹部

女性常受到便秘困扰，经常会出现下腹部肥胖的现象。只要提高胃肠动力，加速小肠运转，就可以轻松减掉下腹部的脂肪。

穴位在这里



↑食指、中指、无名指、小指根部与手掌连接处就是指间穴。它控制自律神经，可促进后背和肩部的血液循环。

一起来
穴位按摩

两手反扣，锻炼背部和肩部肌肉



POINT
两手交叉，向上举起

一两手向后反扣，呼气，上半身前倾，上举，两臂夹紧背部肌肉。重复五到十次。

缓解凝滞，促进血液循环

背部

后背的赘肉和水肿是造成肌肉酸痛的原因。通过刺激血液循环穴位，就可以解决这些难题。缺乏运动和不良姿态也会造成背部的赘肉。

局部塑身
之秘籍篇

来自RAY读者

5大独家瘦腰术

为了获得完美的腰部线条，大家可谓勇敢尝试，不惜余力。现在就把来自读者美眉的个性瘦腰术一举公开！简单易行，不容错过。

2 细绳缠腰
轻松塑身

一用超市里买来的细绳系在腰上，肚子不感觉到饥饿，饭量自然就减下来了。



一将保鲜膜从小腹开始层层向上缠绕，然后再做仰卧起坐、跑步等运动时，出汗量远远大于平时。

矶边奈央
惠泉女子学院二年级

3 保鲜膜
层层缠绕

龟井美叶
尚美专科学校一年级

1 揪住耳垂做仰卧起坐

一仰卧起坐是每个想减腰腹赘肉女孩的必修功课，比起双手抱头，轻揪耳垂来得更轻松。现在在我每天洗完澡都要做上50个。



平山麻衣子
立教大学四年级

4 饭后进行
腹式呼吸

一用鼻子大力吸气，摒住呼吸两到三秒钟，然后慢慢呼出。饭后进行三分



加藤千佳
早稻田大学三年级

5 磁卡
贴在肚子上

齐藤
医科护士
一一天二十四小时把磁卡贴在肚脐下方，听说磁力对瘦腰十分有帮助，我只贴了一周就减了两公斤。



BODY

问卷调查
“你最关注泳装女孩的哪个部位？”

关注泳装女孩的人是不分性别的。尤其是女孩，审视的眼光无比犀利。

第一位
腰围 43%

“婀娜的腰肢真是羡慕死人了”，“小肚子一定要紧紧平滑”，女孩对自己严格，对别人更严格。大多数女孩子对自己的腰肢信心不足，当然对其他女孩子也非常关注。

第二位 胸围 32% | 第三位 臀围 19%

第一位
胸围 57%

“女人一定要有乳沟”，“大小没有关系，形状一定要好”，“胸部看上去很挺拔，而且有弹性”。看看男士们的眼光是不是也很苛刻？

第二位 臀围 29% | 第三位 腰围 8%

局部塑身
之秘籍篇

迅速实现！

骨盆矫正

骨盆不正会导致血流不畅、水肿、废物堆积。通过矫正骨盆，使其恢复原位，可以改善血液和淋巴循环，帮助脂肪燃烧。



尝试者
小乡麻衣子
大学四年级



操作者
田边元康先生
医师

印象里正骨通常都很疼，可实际做了一下，居然很舒服，真是想想不到，做完后感觉血流通畅了。

骨盆不正会导致内脏下坠，间接引起暴饮暴食。正确的骨盆矫正可以迅速消除腹部水肿现象。

这就是矫正骨盆的场所
体验者感言

这里的环境非常优雅安静，让我一下子消除了紧张情绪。每天来这里矫正骨盆的女孩络绎不绝，每个人都是带着满意的神情离开的。



START



1 用气压按摩器按摩20~30分钟，改善血液循环，易于骨盆矫正。



1 腿向上弯曲，拉伸腿部，使骨盆恢复原位。腰部肌肉也得以拉伸。



1 调节腿长，分别按压两腿，骨盆不正的人通常臀部肌肉凝滞酸痛。



1 侧卧，通过按压使骨盆向内侧收紧。医师的力道会很大哟！



1 仰卧，两腿交叉，通过推压使大腿向内收紧，调节处于开放状态的关节。



1 最后进行拉伸，持单侧脚踝，用力向一侧拉伸，可以有效锻炼上腹部肌肉。看似很痛，其实很舒服，真是不可思议。

局部尺寸变化匪夷所思！



下腹部居然瘦了-5cm

DATA

Before	>>	After
63 cm	腰围	63 cm
78 cm	下腹部	73 cm
44 cm	大腿	42 cm
32 cm	膝盖上部	31 cm

CLOSE UP

下垂的内脏回到了原本的位置，下腹部明显瘦下来，并且紧实平滑，成功实现局部塑身。



Before >> After

穴位按摩立刻奏效
大腿&臀部



大腿+臀部改造篇

腿「女孩了」！连同提臀按摩双管齐下，摇身变成长腿美眉！

大腿

攻陷女孩瘦身的大敌——寒症！

腿部离心脏较远，由于重力作用血液和淋巴循环速度较慢，从下向上按摩，提高新陈代谢，告别痛苦的「粗腿」年代！

一起来
穴位按摩

挺直后背
弯曲脚尖

！伸直两腿坐下，用拇指按压血海穴，食指按压梁丘穴，注意伸直和弯曲脚尖要交替进行，它不仅对双腿有效，对腹部也十分奏效。反复进行30次。

POINT
绷直、弯曲脚尖，
交替进行



PARTS >> REMODEL

THIGH

穴位
在这里

无名穴

一起来
穴位按摩

两手向相反方向交叉用力
外推，刺激穴位

POINT
利用反方向力道
按压穴位



一微微分开双腿，两手交叉，左手按压右腿穴位，右手按压左腿穴位，大腿向内侧用力并拢，两手则用力外推，利用对抗力道按压穴位，重复进行五次。

穴位
在这里

血海

梁丘



一血海穴在膝盖向上两厘米处，大腿骨向内侧凹陷的地方。梁丘穴位于大腿骨的外侧方向上。

排出多余水分，清爽翘挺

臀部

因为位于视线不能看到的地方，臀部曲线容易被忽视。下垂的臀部是泳装的灾难！现在就来按压穴位，实现翘挺美臀！

穴位
在这里

一起来
穴位按摩

提拉臀部，收紧肌肉，
翘翘的臀部最迷人！

承扶

↑臀部下方横纹的中央就是承扶穴，用手按压并向上提拉，正好可以到达臀骨位置。

一两腿分开与肩同宽，用中指按压穴位，用力向上拉升臀部肌肉，用脚掌前部着地，腹肌用力，停顿、放开，重复做5次。

POINT
用手按压穴位



PARTS >> REMODEL

HIP

局部塑身
之秘籍篇

来自泳装模特的建议

泳装的纤细下半身

好不容易拍张纪念照片，谁知一看到自己穿泳装的样子，就……今年我们请来了泳装明星，教给大家最简单易行的「视觉瘦身法」。



村上惠梨
2004年由尼佳
产品代言人

上半身微微扭转
显现美丽腰肢
上半身向一侧
扭转可以强调腰肢曲线，美化身体曲线。

两腿并拢微微交错
只有单腿般粗细
两腿并拢，减少拍摄面积，实现视觉瘦身。



手臂掩映
下半身更修长

对自己不满意的部位用手臂掩盖一下，使大家视线上移，腿也会显得更加修长。

技巧站姿拍摄

抬起脚跟
双腿再长20厘米
抬起单侧脚跟，脚尖向前一小步，小腿立刻变得瘦长。

前往拍摄现场的
车上我都要用这个

一拍摄前和化妆过程中，分开脚趾可有效放松腿部肌肉。右边像毛虫一样可爱的「分趾器」是我的最爱。



After << Before

穴位按摩立刻奏效
胸部

胸部改造篇

拥有坚挺的胸部是每个女孩的梦想。简单易行的方法让女孩美梦成真。通过按摩与雌性激素有关的穴位，实现傲人胸围。

一起来
穴位按摩

用双手按压揉搓，刺激这两处穴位

穴位
在这里

POINT
用两根手指
按压

1 与乳头平行的中央点就是膻中穴，它有促进雌性激素分泌的神奇效果。

膻中



2

1 用两手的食指和中指叠压膻中穴，边揉搓边按压，刺激此穴位。并配合深呼吸，重复5-10次。2 两手托起胸部，拇指按压天溪穴。



天溪

1 天溪穴位于乳房轮廓线外侧边缘，水平位置与乳头相同。天溪穴可以促进乳腺发育，有效按压，可以使胸部形状更加诱人。

PARTS >> REMODEL

BUST

穴位按摩立刻奏效

手臂改造篇

由于缺乏运动，手臂上不仅脂肪“横行”，多余的水分和废物也层层堆积。现在就来按摩相关穴位，消除累赘，纤纤玉臂，指日可待。

一起来
穴位按摩

1 外侧赘肉多的人可以从外侧用力按压

POINT
从外侧
抓住上臂

POINT
手腕翻转

1 拇指按压臂臑穴，食指按压肱中穴，两处同时用力。手腕与手臂成90度向一侧翻转，效果更加显著。

POINT
从内侧
按压手臂

POINT
翻转手腕

1 腋下空余面积太大，肩带过细的三角泳衣，手臂和肩部露出面积过大，易造成视觉上的膨胀感。

局部塑身
之秘籍篇

实现视觉玉臂

的选择标准更看重视觉塑身效果。今年

Before

一起来
穴位按摩

2 用力按压肱中穴，感到疼痛，效果最佳

1 上臂和肘关节之间有一块三角形的肌肉，三角形前端偏内的地方就是臂臑穴，肱中穴位于肩部和肘关节之间连线的中央，臂骨的内侧。

1 手臂内侧赘肉多的人可以从内侧开始按压，按住两处穴位后，同1中一样，翻转手腕，两侧各做5-10次。

PARTS >> REMODEL

ARM

巧妙掩饰上半身遗憾的神奇颜色和小饰物

POINT
粗肩带达到
视觉上的纤
细效果

POINT
臂环转移
注意力

POINT
黑色具有
收敛效果

After

1 粗粗的肩带将视线集中到肩部周围，具有收敛效果的黑色彩带也有明显的视觉塑身效果。

局部塑身
之秘籍篇

实现傲人胸围
神奇的视觉效果

现在的泳装不仅设计越来越精美，在功能性上也显得十分出色。



Before

1 没有钢圈的三角泳装，由于缺乏支撑，胸部显得下垂，肩带过长，显得胸部下垂。

性感明星一般的乳沟
为你吸引众多目光

POINT
强力钢圈收敛
腋下赘肉

POINT
褶皱设计，
更显丰满

POINT
厚厚的胸垫
托起胸部

After

1 强力钢圈可将腋下的赘肉一举纳入泳装内，提升胸部高度，健康活泼的水果色，性感又可爱。



实况转播的 成功瘦身全过程！

夏天来临前瘦身成功，人生从此不同！

挑战泳装
实现婀娜腰肢
邂逅新男友

瘦身成功重获自信的美眉，男人缘好得不可思议。现在就为大家介绍几位通过成功瘦身，开始崭新生活的美眉。好好学习她们的耐力和毅力吧，你也可以达到理想瘦身效果的！

3月~5月
-5kg

富田幸惠 自由职业者 24岁

随时随地瘦身成功&风水变为泳装美女

1年半以前，我还是个小胖妹。他出现在我身边，我好幸福啊，可随之而来的是身材带给我的自卑感。我好想穿上泳装，和他一起漫步海滩！

瘦身缘由
1

增重6公斤！

胖，二〇〇三年冬天发
胖，加上新年……



变成了
超级双下巴

接下来发生的事情
更让我坚定了减肥的决心

瘦身缘由
2

我这么胖，万一他看上别的女孩子……

对自己没信心，怕他会被别的女孩抢走！



瘦身缘由
3

去游泳吧！



我痛下决心
一定要
瘦下来——

疯狂减肥使我真的
月经不调
早晚米饭和酱油
减肥饼干
一个饭团
结果每周都要
“倒霉”一次

洗心革面，开始“随时随地瘦身&风水”

买回减肥杂志，发现了神奇的风水瘦身法，接下来我开始了生命中最有意义的一次瘦身。

独家
减肥秘籍

1

风水学

按照风水杂志所讲
张贴名人海报

把身材曼妙的名人海报贴在家中，不但可以提高减肥运，还可以自然而然培养瘦身意识，坚定减肥决心。

风水
Point
1

在朝西的方向
贴上偶像的海报

减肥成功的关键方向是西方，在这个方向贴上自己崇拜的偶像，当然是身材一级棒的女星，我选择的是HITOMI，为自己增添勇气，坚定信心。

风水
Point
2

海报贴在
靠近床的位置

睡觉也不忘减肥事业！贴在靠近床的位置，随时看得见，激励自己不能松懈，坚持下去就可以和她一样拥有曼妙身材。

独家
减肥秘籍

2

随时随地瘦身 轻松实现！

充分利用各种时间进行锻炼，简单易行，不会成为负担。



1 洗澡是新陈代谢最快的时间段，来段哑铃操，为脂肪送行吧。



1 利用健身球伸展腹部肌肉，消除赘肉，也可以边听音乐边进行。

洗澡进行中×哑铃操

看电视×健身球

独家
减肥秘籍

3

从内到外的美丽 改善体质的三种食品

量很低
营养丰富
牛奶布丁
热

1 牛奶布丁

2 YAZUYA香醋

3 苦瓜茶

为了以防减肥对皮肤造成的伤害，每天服用三粒香醋粒。

苦瓜茶具有消除便

减肥不仅是表面的事情，健康瘦身最重要！

苦瓜茶具有消除便

苦瓜茶具有消除便

苦瓜茶具有消除便

苦瓜茶具有消除便

苦瓜茶具有消除便

苦瓜茶具有消除便



现在可以骄傲地穿上泳衣

和他一起游泳也了

NOW
48kg



03年1月
53kg

那时大家都叫我小胖子，脸和手臂都胖嘟嘟的，天呐，居然还穿着无袖装！

6月~7月
-8kg

跟女朋友们一起联手减肥

我被男朋友甩掉，为了挽回他的心，开始了这次减肥。前不久，虽然和他没能破镜重圆，但追求我的男孩却层出不穷。

瘦身缘由
1

暴饮暴食，想起来就痛恨自己管不住嘴巴

那时的男友是个大肚汉，食欲超级旺盛，跟他在一起除了吃就是吃，每周都要来上一顿烤肉。

来看看当时的食谱



还有每周必吃的烤肉

这么吃，不胖才奇怪呢！

瘦身缘由
2

减肥失败史 HISTORY

失恋的打击使我食欲不振，快速消瘦，几乎要住进医院。



瘦了两公斤，却营养失调



她教会我科学的饮食方法，告诉我这样的减肥才最健康。

于是我开始正确的减肥

减肥1

和朋友一起做饭

原来的我从不做饭，厨房里更是一件可以做菜的器具，一切从零开始，跟朋友一起学习研究健康食谱，向健康美人迈进。

减肥2

积极健身，跟脂肪告别

身体恢复健康以后，我每周5次出现在健身房。为了可以随时锻炼，我选择了24小时营业的健身房，有时会一直练到深夜。



教练也对我很有意思呢 旅行中尝试潜水运动，教练对我大献殷勤。



朋友不肯和我一起拍全身照 朋友们也嫉妒我的身材，只肯一起拍个半身照。



NOW 48kg



那时他经常靠我的包子脸和肥肚胸取笑。

6月~7月
-7kg

为了挽回男友心的减肥历程

每年的冬天我都要胖上一圈，男朋友也另结新欢。为了挽回他的心，我开始减肥，于是找到了一个比他更好的男人。

促使我坚定减肥决心的悲惨事件

男朋友突然提出分手



约会中，他告诉我他喜欢身材苗条的女孩，要跟我分手。我痛哭流涕，可是于事无补，我好痛恨自己啊！

为了结识新男友 我不停地参加相亲晚宴 可是每次都作电灯泡……



朋友们为了鼓励我，拉我去相亲晚宴，谁知道男孩子们都看上了我的朋友，我就是个电灯泡！

(减肥路上4件大事)



晚饭加入海带豆腐

减肥成功的朋友向我推荐海带豆腐，试了一下，口感凉凉滑滑，满腹感也很好。

划船运动 瘦腿瘦腿！

在浴盆里做划船运动，右腿各四十次，左腿



零食每天只吃3小块巧克力

我实在是太爱吃巧克力了，想戒也戒不掉，于是严格控制每天的摄入量。



穿着“性感的泳衣”，在海滩散步

我家就住在海边，所以经常和妈妈一起，看着日落边散步。这时我就在脑海里幻想减肥成功后的自己。

现在的我无比幸福 跟新男友如胶似漆



NOW 48kg



去年1月份的照片，幸亏，胖嘟嘟的，眼睛都挤成一条缝了。

漂亮不打折！ 夏季拒绝“臭”美22招

策划&执行/雪兔 摄影/王嘉(圣云风)
产品提供/屈臣氏个人护理用品公司
部分文字资料提供/常建民、蒋成章、张芸

夏季，时尚女孩最害怕的事情是什么？除了日晒就是身体的异味了！由于季节的特殊性及女性生理特点，一些“异味”会成为“美丽杀手”，在关键时刻令你尴尬。让我们看看这些异味到底来自何处，又有哪些妙方可以消除它们。



常建民
博士
北京医院皮肤
科副主任

1997年毕业于北京医科大学，于2001~2003年在英国威尔士大学做访问学者，从事皮肤病临床工作。



蒋成章
教授
湖南省人民医院
皮肤科主任

1980年毕业于湖南衡阳医科大学。主要从事皮肤科临床工作。

医师说话

为什么身体会有这些异味来骚扰我们？

体表异味

足臭

腋臭

下体异味

日常生活中(尤其在夏季)，人身体上各个部位散发出的异味，在医学上被称为臭汗症，即一种出汗后产生异臭的症状，分为全身性臭汗症与局部性臭汗症。人的汗腺分为小汗腺和大汗腺两种，小汗腺分泌的汗液99%是水分，当小汗腺大量分泌，而我们未能及时清洗时，大量的汗液就会把表皮角质层浸软，皮肤表面的角蛋白和脂质因为被汗水浸渍而易于被皮肤的寄生菌分解，从而产生异味。大汗腺则主要分布于人体的腋窝、外阴、乳晕、肛门及脐窝等长毛或多皱褶处。尤其是腋窝，这里产生的异味最为明显，分泌出的汗液可呈黄、红、绿或黑色。而且，一般来讲腋窝有异味的，女性多于男性，这点也与种族、遗传有关。由于大汗腺的发育受性激素的影响，所以年轻人较容易产生这些异味，到年老时这种现象就会减轻或消失了。

消除体表异味4招

除了腋下等特别容易产生异味的地方，你是否注意到身体的其他一些小部位也会产生异味呢？如果不加以重视，还是会造成你的困扰。

Q 穿露脐装时，发现肚脐也产生出异味，这是为什么？

A 肚脐周围有很多大汗腺，很容易产生异味。肚脐是人体表面较凹陷的部位，神经反应较敏感，当人身体出汗时，汗液容易在这里积聚，再加上没有及时清理，不好的味道就产生了。平时不觉得，穿露脐装时这种味道就会显露出来。

Q 为什么乳晕也有“青春痘”，有时会痒，还有些较黏的物质，味道也不好闻？

A 那些会分泌出“小黄粒”或其他物质的生理组织其实也是一种腺体，最好到医院就具体情况向专科医生问诊。

Q 洗澡时将肚脐里的“小黑点”抠掉后肚脐湿湿的，还有怪味！这是怎么回事？

A 你还是没彻底清洗干净，有人认为小黑点是与身体内部相连的，不能动，这是错误的！那些小黑点是身体污物的堆积，将它清洗干净很必要。但由于肚脐皮肤非常细嫩，而且敏感，所以清洗时动作稍大就会把皮肤弄破。此外，一定要用干毛巾将肚脐充分蘸干，否则就会产生异味。

Q 为什么胸部也会有异味产生呢？

A 胸部也包含大汗腺，而且这个部位对女孩来说也相对封闭，内衣与肌肤接触非常紧密，如果透气性能不好或出汗较多，极易产生味道。

去除体表异味产品推荐！



一邦医生杀菌沐浴露，10.5元/400毫升，采用德国天然杀菌水素剂及瑞士杀菌剂Diplo，能破坏细菌新陈代谢，抑制细菌再生，有效去除身体异味，抑制瘙痒，消除汗味，油脂粒，保留清新体味。

唉，身体有味，怎么穿露脐装？

解决方法

1
不穿紧身服装

不要穿太紧身的服装，并选择透气性能好的。不要给自身创造“潮湿”的细菌培养基地。

解决方法

2
天天清洗

如果穿着露脐装，回家后要及时、认真地清洗肚脐，防止污物在肚脐中堆积。

解决方法

3
注意除菌

使用带有除菌功效的溶液，并用干毛巾将身体上的水分蘸干后再轻轻擦干。

解决方法

4
多穿纯棉衣服

尽量在家中穿纯棉宽松的衣服，并经常清洗、更换床单、被罩及其他会经常与皮肤接触的东西。

消除足部异味9招

夏季里，各式靓鞋让人挑花了眼，可是当你脱下漂亮的凉鞋时，足部散发出的异味却往往让人侧目，这真是让人头大。那么，到底是什么导致了足部异味，我们又有什么方法来对付它呢？

哇！脚好臭！



Q 为什么足部会产生异味？

A 足部的汗腺非常发达，再加上天气炎热和年龄的因素，汗液自然会大量分泌，从而导致细菌和微生物的感染。手掌和脚掌的小汗腺是人身体上密度最高的，再加上足部基本上是人身体上最为封闭的部位，所以常会产生异味，再加上脚气、脚癣等足部疾病也会产生异味，还有部分鞋的味道，脚当然不会有什么好的味道了！所以，选择一双质地上乘透气性好的鞋非常重要。

Q 为什么有的人足部产生异味而有的人不会？

A 出汗的多少与每个人身体上的汗腺是否发达有直接关系，这也与青春期青壮年性激素分泌活跃有关。如果你的父母或家族中的人有脚部异味的问题，由于它会遗传，你自然也难逃“劫难”。

Q 穿皮鞋时足部的异味会很大，可是为什么穿凉鞋时也会有异味？

A 足臭的产生不单单与鞋的种类、透气性能有关，还与人体的汗腺发达与否有关。虽然是处于夏季，但因为不同凉鞋的里料并不相同，如果不透气的塑料底凉鞋，还是像给双脚套上了一个不透气的罩，足部异味自然不可避免。穿袜子的时候，要尽量选择纯棉的，而不要选择化纤或其他不透气的材质。

解决方法

1

少食刺激性食物

尽量少食用有特殊刺激味道的食物，因为这些味道可随汗液排出体外，自然会有异味产生。

解决方法

2

用药水泡脚

外用复方硫酸铜溶液，1:20的碱性醋酸铝溶液泡脚，这些药水都是可以在医院里买到的。

解决方法

3

外用药水

也可以外用2%~4%的甲醛溶液，1:5000高锰酸钾溶液，这些也是必须在医院中购买。

解决方法

4

用萝卜水泡脚

可用1000~2000克白萝卜加水1000毫升，煎水，外泡双脚，每天一次，每次半小时，连续一周。效果怎样，试了才知道！

解决方法

5

经常清洗

勤换袜子、勤洗脚，这听起来有点可笑，但如果你真能做到，而且在洗脚时使用脚部专用洗脚液、磨砂膏、护脚乳，就像呵护自己的双手一样呵护双脚，肯定会减少脚部的异味。

解决方法

6

用醋水泡脚

将醋加入水中，1周泡2次，每次泡15分钟。

解决方法

7

保持脚部干爽

经常保持脚部干爽，在家中如不必要，不要穿袜子，光脚穿拖鞋即可。

解决方法

8

清洗换鞋

浴室的拖鞋和夏天在家穿着的拖鞋，会因潮湿或足部出汗，产生大量的细菌，双脚自然会产生异味，所以拖鞋也要保持清洁干燥。

解决方法

9

每天换鞋

勤换鞋，如可能，最好每天换一双。换下来的鞋及时清理，如果不易清理，可以在太阳下晒一下，等汗液基本干了后再把吸湿性好的纸塞进鞋中即可。

TIPS

如果足部异味非常大，有时医生也会建议用654-2、阿托品等抑制汗液分泌的药物进行治疗，但这对正常人来说最好不要采用。

去除足部异味产品大推荐！



—TITANIA增强型除臭除菌喷雾剂，69.9元/200毫升。能有效清除由于脚汗引起的脚臭和滋生的细菌，预防脚气的形成，并保持足部的干燥。

—爽健美足清爽足部喷雾，62元/瓶。具有抗菌除臭功能，清新香味，确保双足清爽。

↑COLUMBUS新型除臭喷剂，88.9元/瓶。含有除菌剂，能抑制鞋内细菌的滋生，能除去皮革和鞋内令人不悦的气味，同时留下清新香气。具有香草和薄荷的香味，而且属于粉剂，没有黏黏的感觉。



—屈臣氏绿茶薰衣草足乳液，19.9元/150毫升。内含天然绿茶薰衣草精华，更具有抑制细菌，减少出汗，防止脚臭的功效，用后可保持足部整天干爽柔滑。



—爽健美足汗除臭脚粉，59元/瓶。含特殊抗菌吸汗成分，保持双脚干爽清新，并防止异味，运动后使用功效更显著。

消除腋下异味4招

夏季穿无袖衫时你有没有过不敢抬胳膊的经历？不是因为其他，单单只是抬手时那种怪怪的味道，不说别人，自己都不愿意闻！那么，有什么好方法呢？

Q 自己腋下散发出的异味很浓，是不是狐臭呢？它是如何产生的，可以去除吗？

A 人体的腋下有大汗腺，正常情况下是不分泌的，但在情绪紧张等特殊情况下会分泌，它分泌的排泄物的成分与小汗腺分泌物的成分不太一样，分泌的物质被细菌分解后产生不饱和脂肪酸，从而有异味产生。当处于夏季，或是天热气温高或运动后这种味道会更明显。大汗腺的发育受性激素的影响，所以在青春期才会开始活动，这种异味自然也只在年轻人中产生，到了40岁后味道逐渐变轻，老年时就会消失。而且，狐臭和遗传有很大的关系，如果自己的家族史中有此病症，如果你自身的异味较重，就八成是狐臭了。当然，最好的方法还是去正规医院，找专科医师确诊。到目前为止，狐臭依然不太好去除。如果味道不重，最好的方法就是多清洗，保持腋下的清爽清洁。如果实在味道较重，也可考虑去医院进行腋部有毛区皮肤切除或“Z”字切开手术疗法去除大汗腺。另外，多功能电离子治疗仪或激光脱毛也可使异味减轻。但这些都并不能保证100%地消除狐臭。

天呐，我的腋下怎么会有臭味？



Q 如果不是狐臭，是什么原因导致这种异味产生呢？

A 每一个人都有不同的体味，甚至有些人的汗液有时也有味道，这一点自己是很难察觉的，只有外人才会闻到。天热或运动后汗腺分泌较多，身体上的一些汗液也会在腋下聚积，如果不及时清理自然会有异味。此外，这也与人的性别、种族、饮食习惯、情绪是否激动有密切关系。但不要对此太过介意，只要保持必要的清洁卫生习惯就不会有这种烦恼了。

Q 如果有异味产生，是否去除腋毛后就可以防止异味？

A 不完全是这样的。理论上说，异味的产生与消失与去除腋毛没有相应关系。但将腋毛去除后，腋下的皮肤变得较光滑，这部分皮肤附着污物的机会少，自然也会减少细菌感染的机会，味道可能也会相应减小。但由于腋下的异味与大汗腺的分泌有很大关系，所以单纯只是去除腋毛并不能从根本上抑制异味，只是一种减轻异味的手段罢了。

解决方法

1
少食辛辣食物

一定要少吃或不吃辛辣类发汗的食物，如生蒜、辣椒等。这些食物的刺激性味道不仅会通过汗液排出体外，而且有些食物本身就会导致身体发汗，自然是消除身体异味的大敌。应该多吃含丰富蛋白质的食物和新鲜的蔬菜水果。

解决方法

2
天天清洗

每天都要换衣服，尤其在夏季，要尽量少穿纯棉化纤的或透气性能不好的衣服。

解决方法

3
少穿化纤衣服

少喝含有咖啡因的饮料，比如茶、咖啡等，这是因为咖啡因会促进排汗。

解决方法

4
使用止汗产品

将腋下清洁后也可喷上止汗喷雾或其他止汗产品，对减少异味也有帮助。

TIPS

有些人在夏季喜欢用酒精含量较高的东西去擦拭腋下，觉得这样会令腋下干爽凉快，但这样做是不可取的。酒精会刺激腋下的皮肤，凉快也是因为皮肤表面的水分蒸发而产生的感觉，它并不长久，所以，清洁腋下才是更重要的哟！

去除腋下异味产品大推荐！



← Fa走珠香体液，23.9元/瓶。含有ACH成分，有效持久抑汗。来自欧洲的名贵香氛，留香持久，令你全天清香，舒爽，充满自信。含维生素E，温和配方，适合各类皮肤。尤其是其配方混合，适合敏感皮肤的人使用。



→ 屈臣氏走珠香体液，10元/瓶。含PEG-60氢化蓖麻油，羟乙基纤维素，天然植物香精等成分，能24小时消除体味，香味持久，清爽自然。



↑ adidas走珠香体液，19.9元/瓶。含AL(OH)CL，从根本上抑制汗味，清除其他异味，保持清新体香一整天。配方安全，适合于各类皮肤。虽然标注为男士使用，但其较中性的味道也适合非常喜欢运动的女孩。



→ 曼秀雷敦乐碧止汗香体液喷雾，24.9元/瓶。全新“清爽止汗”配方，令皮肤保持长时间清爽宜人。有效抑制汗液分泌，防止细菌生长，提供即时清爽冰凉感受，特长时间止汗效果。用于腋下及经常出汗的部位即可。





让健康与美丽同行



繁华喧闹的大都市中，洁净明亮的旋转门、人群熙攘的地铁站、行色匆匆的飞机场，每个出口都有不同风景，充满各种梦境。

作为职业模特，飞来飞去早已成为她的习惯，她提着行李，踏过夏威夷松软的沙滩、走过巴黎浪漫的街头、迷恋过东京闪烁的霓虹，飞奔着做梦，脚踏实地的追寻自己理想中的生活。

“Good!” “Great!” “Beautiful!” 每当摄影师一遍遍发出肯定的称赞时，都会让她觉得特别自信。她喜欢享受这种被别人关注的感觉，因为付出的同时，也在收获着喜悦与惊喜！

彩妆对她而言，就像是一个亲密无间的好朋友，给她美丽和自信，可是，它也像是一朵带刺的玫瑰，会在无形中伤害皮肤。每天都要上一层厚厚的妆，不知从何时起，精致的妆容与各种的皮肤问题化敌为“友”，就好像Twins般形影不离的伴她左右。

白天，在舞台上、在摄影棚里，她尽情绽放每一个灿烂的笑容。夜晚，卸妆后，她在镜子前细看因为长时间使用彩妆而引起的小红斑，烦恼无比。时常问自己，是不是想要美丽就一定要为此付出代价呢？她带着这个疑问继续忙碌着。

直到“艾洛松”出现在她的生活中，才将这个问题迎刃而解。这支小小的药膏，外表并不张扬，却能让她非常安心。每当讨厌的小红斑不请自来时，它便会立即挺身而出，使出浑身解数对付它，第二天小红斑便在这股强大的正义势力下，悄然而退。结束这场短暂的“战役”后，“艾洛松”又悄悄地回到她的化妆包中，等到下一个机会来临时，再大展身手。它就这样默默地陪在她左右，以对付每一次意外之需，现在她已经离不开这个“患难之交”了，它让她既放心又舒适！

这一次，她又将提着行李出发了，也许去纽约，也许去伦敦，也许去米兰……无论去哪里，她相信有“艾洛松”的陪伴，每一天都将是健康与美丽的！

艾洛松适用于神经性皮炎、湿疹、异位性皮炎及银屑病等引起的皮肤炎症和皮肤瘙痒的治疗。在各大药房有售。

请按说明书或在医师指导下购买和使用

禁忌症：对本品具有过敏反应或特异体质的病人禁用

批准文号：国药准字H19991418 沪药广审(文)第2004050206号



欢迎拨打艾洛松健康咨询热线：800-820-6110

艾洛松®



上海先灵葆雅制药有限公司





消除下体异味5招

穿轻薄紧身的夏季服装时，女性最敏感的地方却往往会产生异味，这真要命！无论如何，我们都得想办法让异味消失得越彻底越好！

Q 为什么在女性经期时会产生特殊的味道，而且有时候自己不觉得，别人却觉得很刺鼻呢？

A 由于月经血内含有子宫内膜碎片、宫颈黏液、阴道上皮细胞、大量细菌及外阴皮脂腺分泌物等，所以会产生特殊的异味。特别是夏季，卫生巾更换不及时这种味道就会更重。自己不觉得是因为自己已经相当熟悉自己的体味，不要以为自己闻不到的气味就不会“影响”别人哟。

Q 虽然每天都会清洗阴部，可是为什么刚过几小时就会觉得内裤上黏黏的，而且会有一些难闻的味道呢？

A 女性进入青春期后受雌性激素的作用，阴道内一般经常有少量白色稀糊状的液体分泌，这就是白带。正常情况下，这种液体一般无气味或仅有少许腥味。如果发现排出来的液体有量和质的改变时，就很有可能是得病了，得赶紧找医生治疗。

Q 为什么有时白带会有腥臭味道呢？

A 白带带腥臭味道可能有以下几种情况：

* 如果白带呈脓状、发黄或草绿色，并有臭味，你就有可能患上了慢性宫颈炎、子宫内膜炎、滴虫性阴道炎等。如果白带像泡沫一样，并且外阴感觉很痒，就更可能是滴虫性阴道炎了，这个时候可一定得去看医生。

* 如果白带呈豆腐渣、凝乳状的小块，就是霉菌性阴道炎特有的一种白带，也会出现酸臭味。

总之，如果白带量增加，外阴经常湿湿的，甚至瘙痒灼热并有腥臭味，则可能是病理性白带，这多数是由于滴虫性霉菌所导致，应该尽早去医院查明具体原因，但可以放心，这种情况是可以根治的。

Q 是不是只有穿纯棉内裤才不会产生怪味？如果穿过于紧身的衣服或T字裤时，为什么分泌物会增加，产生异味的可能性也会更高呢？

A 因为女性的私密处——会阴部是尿道、阴道和肛门的合聚之处，病菌易滋生，而且汗腺丰富，容易出汗且阴道分泌物多，就会使局部湿度偏高，容易产生味道。纯棉内裤质地柔软、吸湿性强，具有透气性，而且便于热水洗涤、暴晒，所以穿纯棉内裤可以减少细菌和味道的产生。穿过紧的衣服或T字裤非常不利于人体的血液循环，也达不到透气散热的目的，加上汗液和分泌物的刺激就会很容易产生湿疹，并有助于病菌的生长繁殖，从而产生异味。而且，局部的血液循环障碍会使自身被感染的机会增加，感染后分泌物会更多，这样就慢慢形成了一个恶性循环，你就不但要面对有异味的问题，更重要的是自身的健康也受到了威胁。



解决方法

1 多摄入铁

经期时，人体每天要损失50~100毫升血液，对铁的需求量变得很大。如果缺铁就会造成贫血从而导致身体免疫力降低，增加被感染的机会。所以，多食用富含铁且容易被人体吸收的食物是最好的方法，这些食物有：牛肉、动物血、猪肝、牛奶、海带、菠菜、豆类、蛋类。

解决方法

2 温水清洗外阴

要经常保持外阴清洁，每天用温水洗净外阴，以防经血刺激皮肤产生湿疹，并勤换内裤和卫生巾，减少被感染的机会。但要注意，经期时可以沐浴，但不要盆浴，只清洗外阴，而不清洗阴道。

解决方法

3 治疗滴虫感染

如果是滴虫感染引发出的腥臭味，可将洁尔阴冲洗阴道及外阴，然后用天滴灵200毫克或曲古霉素10毫克放入阴道，每天1次，10次为一疗程。

解决方法

4 治疗霉菌感染

感染霉菌时可用碱性液体，一般用2%~4%的小苏打水，也可用洁尔阴清洗外阴及冲洗阴道，然后再按医生的吩咐内置栓剂，外擦软膏。

解决方法

5 仔细清洗内裤

经期中的内裤要保证每天更换和清洗，并要用开水烫或煮沸消毒，以免重复感染。清洗的盆和毛巾要专人专用，及时洗净消毒，以防感染。

TIPS

经期时最好每天用清水清洗外阴，但如果有炎症等病症，就不要清洗阴道。

减少下体异味产品大推荐！



1 娇爽丝薄干爽网面5片装，5.5元/包。特含纯天然杉木精华，有效消除异味，让你随时拥有自然的清新感觉。干爽网面，隔离潮湿，保持干爽舒适。

→ ABC卫生湿巾，9.9元/盒。每盒18片。清洁隐私部位，同时护理，保持健康状态。清新芳香，感觉清爽，远离细菌滋生，pH值=4.5，平衡酸碱度。适用于经期清洁，如厕后使用和日常隐私部位护理。



→ 护舒宝绿色卫生巾，5.6元/包。吸收纤维来自天然松树，让你拥有更加自然洁净的感觉。特有的气味净化层，有效防止湿热，控制气味，保持清新感受。

健康清体， 一场由下而上的革命

说到清体，人们首先想到的是那种最直接、最简单、似乎也最有效的办法——拉肚子。似乎拉得越多，“体内毒素”就清得越彻底，然后我们就能轻松拥有清透面容和平坦小腹。

但事实并非我们想象般完美，频繁如厕拉走毒素的同时也拉走了水分和电解质，为了美丽和健康考虑，这种做法无疑是饮鸩止渴。因为电解质是为肌体细胞输送氧气、水分和养料的快递。当肌肤细胞健康、水灵、有活力时，我们的面孔才会漾出水样容颜。没有了充足的电解质，我们的细胞怎么会滋润有活力？频频腹泻，泻走的可是健康和美丽！

那么，什么才是正确的清体方式？如何清体才能让我们不至于搭上健康的筹码呢？

健康清体关键词：恢复肠动力

最近，美体与养生专家共同为爱美的女人们找到了一个通向健美的正确道路。他们认为，通便是人体排毒的一条重要途径，体内毒素淤积的根源在于肠动力不足。能恢复肠动力，提升机体自主代谢能力，依靠自身力量正常排泄才是清体排毒的上上策。也就是说，清体诀窍在于如何加速肠道的新陈代谢，让毒素在最合适的时间内排出体外。

清体攻略一：运动

通过定期锻炼来提高体质，并努力恢复原来的肠动力。推荐大家跳绳，跳绳是一种可以使全身肌肉得到锻炼的练习。每天坚持连续跳绳3分钟就可以了，关键要持之以恒，心血来潮地跳一二次是不会有明显效果的。配合锻炼，进一步调整自己的饮食结构，效果将更显著。

清体攻略二：膳食纤维

膳食纤维是举世公认的“绿色清道夫”。纤维质在胃里吸附水分膨胀，然后顺着消化道向下不断滚动，在滚动过程中，可以将肠道中的垃圾和毒素裹住，由此体积不断增大，成为粗壮的香蕉便排出体外。这种方法也需要持之以恒，一般几天后才可以见效。不过，对于肠动力严重不足者，光用这种方法是不够的。

清体攻略三：肠运动+膳食纤维

补充促肠运动因子+膳食纤维，是目前公认的最简单、最理想的清体排毒方式了。市面上有一种德国进口的天然清体制剂艾者思，就能充分满足机体自主清体的需要。

一方面，它可以温和促进肠蠕动，使肠动力恢复正常节律；另一方面，它能够向大肠输送可帮助大肠清洁的纤维质。一举两得，全面满足机体自然清洁所需。

女性清体免费咨询电话：800-820-1969

艾者思® Agiolax®

德国艾者思®
健康清体
自然舒心



进口注册证号:BX20000423 沪药广审(文)第2004040164号 请仔细阅读说明书并遵医嘱或在药师指导下购买和使用。 禁忌症：怀疑或确诊有肠梗阻者禁用，其他不良反应，请详见说明书。

艾者思®，拥有值得消费者信任的德国品质，其独特的植物配方——纤维复合果甘，温和促进肠动力，满足清体需求。艾者思®清体的同时，无腹痛、腹泻。凭借严谨的复方技术，今天，艾者思®让你自然舒心的健康清体！



德国艾者思®，健康肠动力！



Nature & Science
德国马博士大药厂

德国马博士大药厂中国项目部
地址：上海市黄浦区汉口路515号汇金大厦12层
邮编：200001 咨询热线：800-820-1969
<http://www.agiolax.com.cn>

空调房FANS的夏日烦恼

OL的空调一日

在这个美丽夏日，寸步不离空调房的OL们，继续平常的生活，她们努力地工作着，精彩地娱乐着，但空调的麻烦也悄悄地惹上了身。

个人资料

婷婷
22岁
IT公司职员



婷婷在一家IT公司工作，从早晨起床到上班，下班，甚至在路上，她都离不开空调，是个空调的忠实拥趸。我们记录了她平常一日的生活与工作。空调对婷婷健康的影响，《瑞丽》将用放大镜为她也为所有依赖空调度过夏日的OL们一一找到。

空调宣言

空调在夏日比恋人还要实用，我很依赖空调带来的凉爽感觉。有了它，我的夏日时光精彩得不同凡响，但它带给我的麻烦也真让人伤脑筋。



头晕晕的，新的一天开始了，感觉总是睡不醒！

婷婷的烦恼

空调吹了一夜，起床时总感觉头晕，睡不醒。

健康提示

空调把新鲜空气从室外抽入，经过过滤和热湿处理，由风道系统进入室内，这个传输过程早已将新鲜空气的有益成分消耗殆尽。而我们很少清洁空调过滤器，这样就会让人感觉头晕、恶心。因此要常常清洁空调过滤网。



婷婷的烦恼

洗手间没有空调，感觉自己在这样闷热的环境下不适应。

健康提示

由于冷热环境快速交替，我们会感觉周身无法一下子适应这个新环境。这时最好给自己的身体一个由冷至热的过渡。



洗个脸人就清醒多了

婷婷的烦恼

出租车的空调总有股怪味，感觉很难闻，但为了凉快，也只好忍着。

健康提示

出租车空调过滤系统一般都不太好，尤其是早晨，出租车的空调刚开始运转，吹出的冷风总会有一股刺鼻的味道。打开车窗，让清新的自然风带给你凉爽的感觉吧。



TIPS

可以用一瓶矿泉水，将面巾纸打湿，轻轻地捂在嘴和鼻子上，起到简单过滤空气的作用。

婷婷的烦恼

春秋两季午休的时候，我偶尔还会到室外走走，但夏天我是绝对不会出去，可是总感觉中午的时候就会昏昏欲睡。

健康提示

因为房间里空气浑浊，尤其是电脑多的开放式办公室，辐射和办公的嘈杂都会使人精神萎靡。这时只要走到办公室的窗前，推开眼前那扇窗，一切麻烦就都解决了！



赶紧准备一下资料，过一会儿要开会。



婷婷的烦恼

长时间呆在空调房里，会感觉浑身发冷。

健康提示

我们往往有这样的感觉，户外温度越高空调房内的气温就越低。其实这是一种错觉，但长期“坚守”在空调房的OL们，要准备一件外套，尤其是不幸坐在空调风口的孩子，应该避免冷风直吹到身上。

健康的Q&A

空调房里的问题还有很多，让我们一起来解答你有关方面的困扰吧！

Q 如何预防空调对皮肤的损伤？

A 改善空调房间的环境和加强皮肤护理至关重要。如果室内二氧化碳浓度过高，容易使皮肤色泽黯淡，要在空调房间内多摆一些绿色植物并注意多开窗通风。如果皮肤经常切换在冷与热的空气中，皮肤容易出现皱纹，要尽量使皮肤有适应的过程，不要骤然切换温度。补水是对空调房内美眉皮肤的最大奖赏，每隔两小时补一次水（喷雾、喝水），对皮肤有很大益处。在夏季选用护肤产品时最好选用补水和锁水效果好的护肤品。

Q 使用空调最容易得哪些病？

A 夏日室内外温差较大，很容易诱发感冒，如果空调过滤系统出现了问题，容易诱发呼吸系统疾病，例如哮喘等。汽车空调，容易诱发一氧化碳中毒；如果空调房内温度过低，容易引起月经失调；长期在空调房间内办公容易引起各种皮肤病症。

→ 清润保湿露/屈臣氏 16.9元

→ 清润舒体保湿喷雾/欧莱雅 80元

→ 清润保湿露/旁氏 16.9元

→ 清润舒体保湿喷雾/欧莱雅 80元

→ 活橙C美白水/露华 228元

→ 凝水保湿霜/妮维雅 90元

→ 舒缓温泉喷雾薇姿 380元

7月的每一个午后，我们除了在凉爽的空调房里躲避夏日的热浪，似乎真的别无他法了。空调在夏日时光里成了比冰淇淋、超短裙更让女孩子依赖留恋的好朋友。我们在空调房里数着手指、脚趾盼望这场炎热浩劫快快过去的时候，一些小小的麻烦也偷偷地缠上了我们。

策划&执行/咪姆 摄影/张旭明(紫羿云天) 插图/康璐 模特/李婷 化妆/刘莹 服装鸣谢/完美莲花、TOKYO MESSAGE、ETAM、美丽宝、FED 场地鸣谢/巷上 店铺鸣谢/屈臣氏

婷婷的烦恼

每天在空调房内办公，脸色感觉比其他季节更加黯淡，有时候小痘痘也会悄悄爬上脸蛋儿，只好靠化妆来弥补了。

健康提示

别以为守在凉爽的空调房里，你就可以不“上火”，而多喝水是最好的解决之道。



最近的脸色不好，用腮红让脸色看起来红润

婷婷的烦恼

虽然是早晨，但仍然感觉到室外骄阳似火，公司的空调班车怎么还不来？真是快热晕过去了。

健康提示

夏日早晨的空气比较凉爽，据统计，夏、冬两季人们锻炼的机会比其他两季减少了3/4。建议OL们，不要整天守着空调，利用早晨上班路上的时间，步行一段路程。只有抓紧平常细碎的时间进行小幅度的锻炼，才能对健康有益。



车还不来？就要迟到了！难道错过班车？怎么办

TIPS

一件薄薄的针织衫是办公室或酒吧里的“救命草”。准备一件外套，在夏日有备无患。



朋友，在酒吧遇到了很多，感觉非常开心

婷婷的烦恼

为了改变上班着装过于严肃的印象，我要在夜晚变身成一个时尚女孩。脱掉外衣，轻薄的吊带装正合我心意。但酒吧的空调总是很冷，我有些招架不住了。

健康提示

晚上这样的娱乐场所通常温度较低，在这样的环境里，辛苦了一天的OL精力和体力都下降了，很容易在冷气很强的房间里感冒。建议OL们如果夜晚要出去娱乐，最好带够衣服。

婷婷的烦恼

虽然这一天很累，但回到舒适的家中，整个人又精神起来，一般会很晚才睡。睡着时又总忘记关闭空调。

健康提示

家中虽然很舒适，但回到家后或早晨出门之前最好开窗通风1~2小时。不要急着马上打开空调。即使开启空调，也要从较高的温度慢慢下调。空调房间内的温度白天控制在24℃左右较为适合，夜晚27℃比较适合。注意空调吹出的冷风不要直接打在身上，应将冷风直吹天花板或摆动吹拂。睡前别忘记设置空调定时系统。



看电视听音乐，忙碌又充实的一天结束了

Q 为什么堵车时总感觉汽车空调吹出的风让人感觉不舒服？

A 出租车内的空调只有在车子行驶的时候才会发挥功效，遇到堵车的情况时，空调往往无法吹出凉爽的风，反而会吧道路上汽车排出的各种废气也通过空调带入到车内，建议堵车时把空调的风力开到最小。

Q 什么东西可以降低空调室内机的空气污染？

A 绿色植物普遍都具有净化空气、杀菌、除尘等作用。文竹、吊兰就有较强的杀菌能力；茉莉花、月季、夜来香等均能产生少量的负离子净化空气；仙人掌、常春藤等能吸收人呼出的二氧化碳。在居室或办公室中摆放这些植物能够减轻空调对人体的损伤。



Q 什么是空调病？

A 空调病的特点：每当患空调病的人离开空调房或空调房间内的空气质量得到改善时，症状可以自行消失或很快好转，这就说明，也许你得了『空调病』。全球有80%的写字楼员工都患有『大楼综合征』，其中『空调病』就是最明显的表现。

Q 在空调房呆的时间一久，会感觉很压抑，这是为什么？

A 这种压抑感非常正常。因为人总有一种天生对自然的向往，而身处空调房间里，窗户无法开启，人会在潜意识里感觉到自己无法和外部世界的自然产生联系，处于一种被动的、强迫的状态，心理上也会出现自主的压抑感。如果有这种感觉的时候，不妨到户外走一走，亲近自然就会使人感觉到很放松。

Stop, 办公室大话王

记得小时候玩过一种“传话”的游戏，大概意思是这样的，第一个人先说一句话，悄悄告诉第二个人，以此类推第二个人告诉第三个人，传来传去，也就过了十几个回合，这句话再由最后一个人说出时已经黑的变白的，胖子成瘦子了。在办公室这样一个特殊的环境里，如何掌控自己的嘴巴常常成为我们职场生涯是否顺利的重要影响因素，如果你正向办公室“大话王”靠近，必须STOP!

策划&执行/咪姆 摄影/张旭明(紫舜云天) 职场指导/刘启国 插图/康璐 化妆/刘莹 场地鸣谢/巷上 服装鸣谢/AZONA

大家谈职场“大嘴巴”

对于职场“大嘴巴”的问题，每个人都有自己的理解和看法。来听听大家对这一话题的见解和她们为你推荐职场管住嘴巴的高招吧。

职场中有效地管住嘴巴真的很难。

●靳颖，24岁，外企职员

在职场中管住自己的嘴巴是件很头痛的事情，因为你根本无从把握什么话会冲撞了什么人。但值

得庆幸的是，在职场中讲话总是有规律可循的，按照这个规则认真执行就不会犯错或少犯错误。

靳颖的推荐：在职场中如果有同事

询问我别人的私事，我会假装很忙的样子，知趣的同事就不会追问了。

职场规矩很多，管住嘴巴首当其冲。

●菲菲，20岁，新闻专业学生

虽然我还没有进入职场，但学校这样的环境中也有不少“大嘴巴”的同学，他们有的非常活

跃，但我总感觉，如果一个OL，连嘴巴都管不住，那么他(她)连最基本的职场规矩都不懂。

菲菲的推荐：我会在办公桌上放

几个自己喜欢的小玩具，如果遇到很烦人的“大嘴巴”同事，看看可爱的玩具，心情自然会好很多。

我们要擅长讲话，不要大嘴巴。

●何薇，24岁，保险公司职员

我的工作推销，每天要接触很多客户，说话是我安身立命的根本，我要靠自己精

彩的语言去感染别人。职场“大嘴巴”也许与是否擅长或者喜欢讲话关系不大。

何薇的推荐：如果一旦意识到

自己在办公室将开始“演讲”时，我就会下意识收拾一遍办公桌，把刚才的兴奋劲儿给平复过去。

职场中，只谈工作，万无一失！

●HEDY，25岁，调查公司职员

我经常会与客户打交道，较强的语言能力是我的优势。但在工作时我很少讲比较个人的话

题，总会围绕公司开展的一些计划与同事进行讨论，这样似乎就不会在职场犯更大的错误了。

HEDY的推荐：在职场中当我

小心参与了无聊的谈话时，我会借口去补妆而避开这种被硬拉进来的谈话。精心补妆的工夫，他们的无聊谈话也许就结束了。

环境造就嘴巴的“大、小”。

●孟梦，25岁，机关干部

由于我的工作内容相对轻松，所以在工作时有大段的时间可以安排自己的事情。有的

同事就喜欢扎堆聊天，我觉得工作性质也能决定一个人的“大嘴巴”程度呢，呵呵。

孟梦的推荐：很想参与别人八

卦谈话的时候我一般都会拿些零食来与同事们分享，这样自己的嘴巴就不会被征用了，而且同事们也乐得加餐呢。

大嘴巴是一种性格率真的表现。

●王阳，23岁，公司文员

我觉得“大嘴巴”的定义其实很广，我还可以把这理解成一种性格的率真呢。我平时话很少，

所以我很喜欢语言丰富的同事，因为他们身上总有种热情和活力。

王阳的推荐：在办公室准备一两本自己喜欢的图书或杂志，当自

己感觉无聊的时候，就看看手边的图书，“大嘴巴”的可能性自然就小多了。当然看这些书籍的时候最好在午休时间。

“大嘴巴”们，换一个忙碌的工作吧。

●小萍，24岁，设计公司职员

现在哪里有那么多时间在办公室“大嘴巴”，平时在办公室我就很少讲话，因为工作压

力很大，每个人都在努力完成既定的工作目标，似乎没有太多机会在办公室“大嘴巴”。

小萍的推荐：如果你有时间在

办公室“大嘴巴”，不如冲上一杯香浓的咖啡，喝咖啡不但能占上你的嘴巴，它幽香的味道更能让你陶醉其中。

调整生物钟，避免“大嘴巴”。

●晓明，22岁，文化公司职员

我刚刚从学校进入这家公司，对于周围的一切还很陌生，总是害怕讲错一句话犯错误。但

是我周围的同事都非常热情而且有趣，每个人都是“大嘴巴”，哈哈。不过他们对于一些私人话题也绝对不会提起。

晓明的推荐：为了不参与到同事们“大嘴巴”的行列，我通常在那个时候去WC，哈哈，是不是我的生物钟调整得很好呢？！

被自己的“大嘴巴”陷害一次吧！

●小路，24岁，广告公司职员

职场“大嘴巴”的事情真是千江有水千江月。每个人都觉得自己的话语没有错误，但伤害到

谁就不得而知了，所以大嘴巴还是要靠自觉或者碰壁，不然永远不会意识到自己嘴巴大的坏处呢。

小路的推荐：“吃一堑，长一智”

最实惠，如果你能够为自己设计一次无关痛痒的“大嘴巴”事件，又从中得到小小的教训就再好不过了。

“大嘴巴”潜藏着无数危险。

●暮月，24岁，杂志社编辑

在办公室我是大家的开心果，我觉得不同的职业，办公室可以讲话的自由度会大大地不同，

但是“大嘴巴”潜藏的危机却是自己无法预知的，“大嘴巴”的可怕后果也许自己都无法想像。

暮月的推荐：当我觉得自己讲话

快要收不住的时候就会吃东西，用美味堵住自己的嘴巴相信比耗费体力的“大嘴巴”更省力。

在所有关注这一话题的职场美眉中，我们选择了靳颖、HEDY、小萍和暮月四个职场OL，她们讲述了自己职场中的相关方面的经历，并请来了“道锐思”管理技术公司的总裁刘启国先生作为本次职场困扰的点评嘉宾，对这几位OL的职场问题进行指导和交流。

职场管理嘴巴大调查

管理嘴巴就像管理自己的荷包一样是件困难的事情，先来看看《瑞丽》女孩就此话题的一些调查结果吧。

♥ 在8小时的工作时间里，通常你有多长时间在讲话？

- 第一位** 两个半小时
第二位 两个小时
第三位 一个半小时

♥ 谈与工作无关的事情时通常会涉及到什么？

- 第一位** 前一天的新闻或电视节目
第二位 最近的流行话题
第三位 个人的隐私或他人的隐私

♥ 职场中在你所讲的话中，有多少与工作有关？有多少与工作无关？



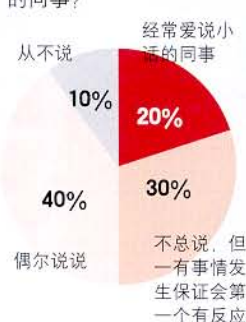
♥ 在工作中被认为最不能谈的三个话题是：

- 第一位** 同事的薪金
第二位 老板的工作分配是否合理
第三位 同事的私生活

♥ 抱怨与工作有关的事通常会涉及到什么？

- 第一位** 抱怨工作辛苦
第二位 谈论公司新近发生的事件
第三位 自己的能力没有被上级认可

♥ 身边是否存在那种挑唆你的讲职场有关话题的同事？



♥ 职场中最易发生管不住嘴巴的事件

- 第一位** 人事变动
第二位 同事的私生活
第三位 年底分红

结果分析：在以上的调查结果中我们不难看出，在任何时候，大家都有发生大嘴巴的状况。但有很多大家共识的办公室谈话的雷区，为什么我们还会频频用嘴巴触雷呢？

“大嘴巴”美女测试

想想是否在你现实的生活中出现过下面的事情？用第一时间选择一个属于你的答案，今天得出的结果也许并不令你满意，没关系，看完本次选题的全部内容也许能帮助你在未来的职场中适时地闭紧嘴巴。

你的大嘴巴程度测试

在办公室里，你突然收到邻座的同事EDA发给你的E-mail，说她明天即将离职的消息，你感觉很意外。而此时她已关掉电脑正在收拾自己的东西，这时你会做何反应？



A 你准备下班后找个单独的机会再向马上离职的EDA问个究竟。

B 即使你知道EDA不会立刻看到这封Email，但你仍旧给她回复了一封mail询问她离职的原因。



C 虽然你很惊讶，但立刻恢复了平静。你觉得这个事情既然自己左右不了，也就不需要多问为妙。



D 看到这封邮件，你感到非常惊讶，于是你立刻跑过去想问出究竟。



选择A的女孩 大嘴巴程度 ★★★★★

你很注意选择适当的时机说话，但有的时候你还缺少进一步考虑问题的意识，因为有些话即使换一个场合也不适合立刻提出。适当的时机，合适的话题才是职场说话的正确之选。如果你在这方面多加注意，就会成为一个人见人爱的OFFICE精英。



● 新颖的选择

我的理由：我不会直接去问她，因为毕竟当时还有别的同事在场，也许她不想这件事情被大家知道。

选择B的女孩 大嘴巴程度 ★★★★★

你处理事情的方法如你的性格一样沉稳内敛，你不给对方过多的压力，但容易给人感觉你是个冷淡的女孩。虽然你思路非常清晰，但可能缺乏一种对同事的热情，适时增加自己的“醒目度”，令自己的人气指数直线上升吧！



● HEDY的选择

我的理由：可能当时她的心情很糟，与其马上询问她离开的原因，不如给她点时间缓冲。

选择C的女孩 大嘴巴程度 ★★★★★

虽然你总是置身事外地对待办公室里发生的一切，但同事总感觉你是个各色的同事，不好接触。不是所有的事情都要保持沉默，适当地参加公司的讨论，多与同事接触交往，改变别人认为你冷漠的看法吧。



● 小萍的选择

我的理由：我总觉得别人的事情也许我们永远无法了解到事情的真相，与其乱问，不如保持沉默。

选择D的女孩 大嘴巴程度 ★★★★★

即使是鸡毛蒜皮的小事也会被这类女孩夸大得如陨石撞地球般惊天动地。这类女孩是办公室的焦点，她们是最容易“大嘴巴”的一类人，仿佛世界缺少了她们就少了许多乐趣。尝试着说话前先数：1、2、3吧。



● 暮月的选择

我的理由：第一时间得到问题的答案是我一直追求的速率态度，所以我会马上过去询问她。

自己取得成绩后对同事炫耀

当我们在工作中取得一些成绩时，同事羡慕的目光、老板的赏识难免会让我们变得飘飘然，警惕你的语言是不是此时也飘飘然地脱口而出了？



姓名：靳颖

背景资料：在地产公司客户部工作。从事这个行业1年的时间。

职场表现：活泼外向，善于与人沟通。

专家点评

给靳颖的建议：♥有了成绩也“无权”喜形于色
♥抱着与同事分享经验的心态会感受到成绩背后的另一番幸福

靳颖刚刚到公司，就能有好的业绩，自然会很高兴，有点儿沾沾自喜也在情理之中。我们常说：“不在于你说什么，在于你怎么说。”小颖的情况也是如此。说出自己的成功案例本身没有问题，但在说的时候是否考虑到听者的感受是这个问题的关键所在。如果从探讨经验的角度、与大家分享的角度来谈你的成功之处，你的同事会更愿意接受，甚至会感激你。其实任何人的成绩都离不开机遇和团队协作，这样看来，当我们取得一点点成绩后，除了总结成功经验，还应怀着一颗感念的心，与同事共同分享成功的喜悦，更重要的是一起摸索工作的经验。

●对“办公室如何管住自己的嘴”的个人观点

职场如战场，竞争同样激烈和残酷，只是看不见硝烟。双方交手往往就是短短的几句对话，有的人占尽上风，有的人败下阵来。不经意的错误言行会短时间内毁掉你的前程。懂得如何管住自己的嘴，是一种大智慧。

！个人案例：

自己努力取得的业绩却被同事奚落



一与老板一起会餐时，我认识了一位大客户，作为新人，我要把握住每次机会。于是我主动与他接近，希望能对工作有所帮助。

→事情过去很久后，我突然接到一个陌生电话，详细询问后才知道，是那天一起吃饭的新客户想与我签单。真是太意外了！



一我没有忍住自己的得意，向同事描述了一番，大家渐渐疏远了我，在背后议论我怎么会这么好运气。我是通过自己的努力成功的却被同事疏远。



申辩理由

工作时我积极上进，取得成绩是我自身努力的结果。一分耕耘之后的一分收获，只有付出了很大努力后的自己才能尝到被肯定后的甘甜。为什么不能庆祝一下成绩？为什么不能炫耀自己努力后的成果？表现自己的个性，呈现最真实的喜怒，我认为这才是我的个性。

补救方法

♥职场中不要刻意解释 ♥不要把职场中的得失看得太重
♥主动与“核心人物”关系正常化 ♥相信时间可以改变一切

这种情况并不严重，只要意识到自己过于张扬后有所收敛就好！保持与同事的正常交往，随着时间的推移自然会好起来。另外，可以考虑主动邀请同事关系中的核心人物一起探讨，通过与他（她）关系的正常化，逐步影响他人对你的态度，相信很快就会“涛声依旧”了。重要的是你自己别把这件事看得太重，不然会乱了方寸。

给大家的建议

♥职场中要懂得慎言 ♥对于出现的问题要善于总结经验
♥要学会换位思考 ♥虚心向职场前辈请教

对于刚刚进入职场的OL们，她们大部分是独生女，由于家庭和社会的影响，她们更加关注自身感受，表现自我的欲望更强。进入职场后，人际关系变成多维关系。所以一方面要慎言，另一方面要学会换位思维，考虑听者的感受。刚刚进入职场，出现类似的问题并不可怕，只要认识到并用心去体会，向更有职业经验的朋友请教，很快就会掌握好分寸的。

场外发言

给靳颖的：

♥小心同事的嫉妒

同是一根绳上的蚂蚱，那个取得成绩的幸运儿或多或少会遭到同事的嫉妒。在这个时候那个幸运儿就不要火上浇油了，夹着尾巴做人会更安全。

♥鞭打快牛

如果你取得成绩后表现得过于张扬，难免给老板和同事留下很深刻的印象，有句俗语叫鞭打快牛，也许下个月既定的指标，就会从这个月的3万变成5万了。

额外补给

小心语言容易得意忘形的几个时刻

♥终于得偿所愿，熬了很久后被升职时
♥与自己很不“对付”的那个领导被调离时
♥拿到年终分红时

遭遇“不公平”后四处抱怨

姓名: HEDY

背景资料: 在调查公司的销售部工作。

职场表现: 从事这个行业1年的时间。做事风格细心周到。

●对“办公室如何管住自己的嘴”的个人观点

不要乱说话不等于不说话, 谈话场合的挑选和分寸的拿捏都是职场必修课。“公私分明”是在什么时候都适用的游戏规则。在办公室里谈话亦是如此, 应该以公事为主, 少谈私事。



专家点评

给HEDY的建议: ♥强调理由往往被认为是借口
♥学会接纳委屈

你的心情可以理解, 最好找公司外的朋友发泄。从案例本身来看, 是你负责这个工作, 没有如期完成工作, 责任就必须由你来负, “黑锅”就得你来背。你越强调你的原因, 人们会认为你是在找借口, 这在职场上是非常忌讳的。也许对于一些艰巨的任务, 老板交给你另有其他用意。也许他想交给你一个难题看看你处理事情的能力, 也许他并不期待你能完成这项任务, 而是在观察当你接受了这样一个不可能完成的任务后是如何行事的。公司行为更关注结果。希望HEDY能从积极的角度看待这件事, 在职场中受些委屈是很正常的事。别说是你确实没完成任务, 有时完成任务了也可能遭到非议。我们应把这些事情看成职业生涯中的一种历练。

个人案例:

我该如何面对“不公平待遇”



↑老板交给了我一项艰巨的任务, 虽然我知道完成任务难度很大, 但我还是硬着头皮接受了。

↓结果如所有人预料的那样, 我没有如期完成这项任务, 却又遭到了老板严厉的批评。既然任务这么艰巨, 还遭到老板的批评, 我感觉非常不公平也很气愤。



←“老板真不公平, 这么短的时间里, 交给我如此重大的任务……”当所有人听过我的抱怨后不久, 老板又在这个月加给了我很多任务。



申辩理由

如果每个人在遇到不公平待遇时纷纷都表示沉默, 那么“真相”又该通过什么渠道浮出水面呢? 每个人在遇到利益受损的情况下都变得寡言, 那么老板们一定会喜欢。老板是最后裁决者, 如果他错了我们就永远无法翻身么? 至少该让同事们知道真相。

补救方法

♥调整心态, 首先承认自己的失误

HEDY可以做一些自己喜欢和擅长的事, 如逛逛时装店、唱唱歌等, 调整一下心态。然后找老板深入沟通一下, 首先应该承认自己的责任, 如对任务量估计不足等。最关键的是要提出项目的补救办法。因为公司不仅需要勇于承担责任的员工, 更需要有解决问题能力的员工。

给大家的建议

♥摒弃职场新人好大喜功的心理

♥在职场中不要过于敏感

♥练就职场“铁石心肠”

♥注意与上司沟通

职场新人往往好大喜功, 都希望能干点翻天覆地的事情。一旦受挫很容易脾气暴躁而不经意间就跟所有人抱怨一番。职场新人常常对自己的能力估计不足, 对事情的发展预计不足, 最后结果反而不理想, 很容易产生挫败感。如果这时四处去抱怨会对自己的个人品牌造成不利的影响。希望职场新人能够循序渐进、量力而行, 跟自己的上司充分沟通。

场外发言

给HEDY的:

♥老板分配工作本无偏袒

世事没有绝对的公平, 相信一个很职业的老总在安排员工工作时都会有他的考虑, 在执行任务时不要疑神疑鬼, 怀疑老板偏袒其他同事, 在这样扭曲的心态下, 工作时的心情自然不会好到哪儿去, 也很容易使自己成为闲言碎语的发源地。

♥办公室永远不适合抱怨

抱怨总带着很强的个人色彩, 容易有一些偏激的话语出现, 因此办公室不适合说一些抱怨的话, 即使老板没有听到, 也难免隔墙有耳。

额外补给

格外小心的几个“抱怨时刻”

- ♥看似与自己水平相当或还不如自己的同事被升职
- ♥经常加班而自己又身心疲惫的时候
- ♥本来有约会却因为临时的会议必须取消约会的时候
- ♥开了一整天的会, 感觉这个会议又长又无聊的时候
- ♥又被老板安排了一大堆工作的时候
- ♥工作需要返工的时候

发现同事隐私没有保持沉默

每个人都有自己的隐私，职场中一切以公事为先，很私人的话题我们不该拿出来当做谈资，尤其是同事的隐私。



姓名：小萍
背景资料：在一家时尚品牌做店面设计工作。
职场表现：从事此行业两年。有较强的创新能力。

专家点评

给小萍的建议：♥相信时间可以改变一切

♥讲话时要态度坚定、语气温和

首先你可以公开自己的隐私，但千万不要武断地认为别人的隐私也不被当事人在意。其实萍萍的遭遇的确很尴尬，这让我想起了“囚徒困境”的案例。说的是两个同案的罪犯被分别关押。如果两个人都不招，都会被无罪释放；如果一个人招了，另一个不招，招的人回家，不招的判10年；如果两个人都招，各判5年。结果两人都招了。如果萍萍和AMY都不说，结果对她们俩来说最好。在这样特殊情况发生后，建议你与AMY先统一好口径，这样就不会很被动。不过如果萍萍的原则就是不说的话，即使同事以AMY已经说了来逼你，你还是不该说，更不能妄加议论。你的态度要坚定，语气要和地告诉同事你的态度。时间长了，同事们会理解你的。

对“办公室如何管住自己的嘴”的个人观点

在办公室里讲话要有分寸，毕竟这是一个办公环境。管住自己的嘴巴或许不象想像的这么简单，“度”的问题会因自己的理解而有不同的把握，但在办公室要有意识地培养自己嘴巴的分寸感，这听起来容易做起来难。

个人案例：

对于办公室传播上司隐私的困扰



↑与AMY一起相约下班后逛街，她是我在公司中最要好的朋友。

↓偶然在路上，我们看到年轻上司与一个很时尚的女孩在一起非常亲密地走着。



←第二天午餐的时候，突然有同事偷偷来问我昨天看到的那一幕，并纠缠着问了很多细节。无奈中我全盘托出。



申辩理由

- 虽然我知道在办公室讲别人的隐私不好，但我又没有捏造事实，只是讲了自己眼睛看到的一切。
- 再说如果那些好奇的同事不问我，我也不会说出自己看到的一切。同事们无非就是想在休息时间解解闷，她们即使知道了也不会把当事人怎么样啊。
- 况且是AMY先说出去的，又不是我先讲的。AMY告诉大家的时候也没有跑来先跟我统一口径，再说现在都是隐私公开的年代了。

补救方法

♥个人隐私的话题永远要避免职场这个特殊环境

♥适时劝慰好友职场语言法则至关重要

小萍应该在看到老板与一漂亮女孩一起逛街，觉得这可能会成为谈资时，就提前与AMY交换意见，并表明自己的观点。建议你们俩回公司后就别再谈这件事了，并对AMY也要慎言。

给大家的建议

♥与公事无关的事情最好不闻也不问

办公环境里，与工作无关的事本来就应该少谈，最好不谈。而有关个人私生活的话题更应该不闻、不问、不谈。更何况是关于老板的。首先，谈论别人的私生活是极其不礼貌的，其次会给上司和同事留下口无遮拦、办事不慎重的印象，是发展个人职业品牌的大忌。因为太多的案例是由于员工说话不谨慎，给公司造成了巨大损失。

场外发言

给小萍的：

♥工作中要分事件沉默

比如隐私就该保持沉默，尤其是别人的隐私更别说是上司的隐私了。但有些事情就不该沉默，比如在会议中对某些工作计划的态度就该明确。在职场中也要分清事件再沉默。

♥看清职场中的利害关系再发言

职场中的利害关系非常微妙，只有看清楚这一层关系后我们才能自如发言。因为只有这样，我们才不至于损失自己的利益，不要因为一时的糊涂而毁了自己的前途。

额外补给

职场中其他绝对不能“讨论”的事情

- ♥工资或与收入有关的问题
- ♥老板与自己私下谈话的内容
- ♥与同事合作过程中出现的摩擦
- ♥“不小心”发现的公司秘密
- ♥对办公室某位异性产生的好感
- ♥评价老板的决策
- ♥当同事意外升职后

说太多与工作无关的开心话题

姓名：暮月

背景资料：在一家时尚类杂志社做编辑。

职场表现：性格外向，有很强的亲和力，总会产生奇思妙想。

●对“办公室如何管住自己的嘴”的个人观点

OFFICE是什么？它除了是一个摆满各式办公用品、可以提供给BOSS AND EMPLOYEE思考与打字的空间之外，它更大的一个作用是：信息交流中心。这种信息可以包括情感信息、生活信息以及编辑部趣闻等等。而我们在这些信息的交流中，工作会更加开心。职场中只要没有恶意的话出现就都合理。



！个人案例：

随时随地的开心话题遭到同事排斥



“作为办公室的‘开心果’，每天大家都能从我这里获得有趣的新闻。”



大家都很喜欢我！

“同事们都很羡慕我可爱又豪爽的性格。”

“有一天，我被派去采访一位明星，那天的工作进行得非常顺利。”



从事这个行业……

“与此同时大家开了一个异常高效的会议。为什么大家没有我大家会感觉高效呢？”



会议进行得真顺利！

申辩理由：

我努力营造一个轻松的办公环境，为大家免费带来欢声笑语，我觉得大家很需要我，我也需要这个舞台。既然是开心的事情就没有人会拒绝，谁不希望在工作繁忙中有一些清爽而松弛的心情？

场外发言

给暮月的：

♥保持职场鲜明个性

作为编辑，无论如何还是要保持自己鲜明的个性，如果你是一个喜欢讲话的人，那么不要过于苛责自己，只要避开一些职场关键时刻，在其他时间大讲特讲就好了。

♥在职场学会倾听

学会倾听本身就是一种尊重别人的表现，如果恰巧你是一个喜欢发言的人，不妨在自己发言之前或之后耐心倾听别人的意见吧。

纵使你的话语总能给周围人带来欢乐，也总有人会提前生厌，会感觉乏了累了。做一个对开心话题收放自如的OL吧，只有这样才能永远是办公室最可爱的“开心果”。

专家点评

给暮月的建议：

♥听众总有一天会厌烦

♥不要让语言暴露了你的职业好恶

暮月说的这种情况在职场中还是有一定普遍性的，这类人很有热情，也很积极进取。但往往说得偏多，情感表达度和需求度都较高，经常把自己的个人感受和经历，甚至是情感经历不分场合地向同事表白，不太关注周围人的感受。在一个企业文化相对和谐和开明的组织里，她们的感觉还会好一些，因为这样的组织是主张员工互相分享忧愁和快乐的，也提倡对人宽厚一点。但在其他的职场环境里，她们可能会逐步发现，人们在故意疏远她们，躲避她们，生怕她们的话匣子一旦打开，就很难脱身了。

补救方法

♥向情感需求度较高的朋友打开话匣子

♥主动征询朋友意见，多听多思考

暮月既然已经认识到有出现类似问题的可能，建议你多交几个情感需求度较高的朋友，多向她们倾诉，并主动征求她们的意见，以促进自己调整和控制自己的言行。况且每个人多多少少对自己的工作都会有份热忱，额外的开心固然是好，但那毕竟是锦上添花的东西，职场中大家需要的还是一个适合办公思考的环境。

给大家的建议

♥将表达与需求匹配

♥时刻注意别人的信息回馈

人际交往中很重要的一方面就是双方彼此的情感需求和表达度是否匹配，如果一方情感表达度很高，就是非常愿意表达自己的情感，而另一方情感需求度较低，那她们的关系出现不和谐的机会就会很高，反之亦然。所以，我们与同事交往的过程中，要注意每个人的情感表达和需求度的不同而相应地采取不同的交往方式。要时刻注意别人的信息回馈，以备随时调整与对方的交流方式。

额外补给

职场中最忌讳的几个滔滔不绝的场合

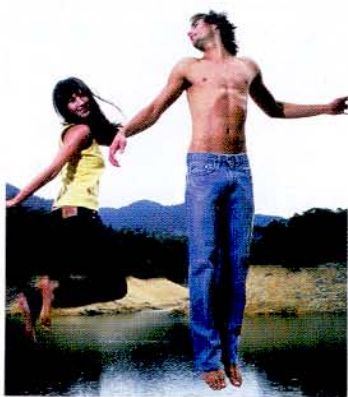
♥开会时即使领导让大家畅所欲言，也不要真的滔滔不绝数十分钟

♥工作时间找上司长时间的谈话

♥工作时间讲电话（即使是客户电话也不要理直气壮地聊好几个小时哟）

NEWS FASHION OF THE NEWS 1

Levi's® 超酷超爽新牛仔
Be Super Cool!



今夏, Levi's Super Cool Jeans这一系列的牛仔裤采用的是一种轻薄面料, 手感柔软舒适, 使人穿起来感到凉爽爽快。“超酷超爽”系列男女各四款, 版型皆选自Levi's新近最受欢迎的经典款: 男式的舒适直脚和中腰阔脚——舒适自然, 女士的紧身中腰阔脚和超低腰小喇叭——贴合身形, 表现优美曲线。547是此次推出的一个全新的裤形, 可令腿部曲线看起来更为优美。

运动精神·快乐伙伴

Swatch推出飞菲雅典奥运会儿童表

在快乐的一天里, 你可能会经历一些意外的探险。由瑞士制造的趣味性手表拥有结实的铝表壳, 不怕刮磨的有机玻璃表面和精确的石英机芯, 只有这样它们才能和你一样经得起探险途中的风雨。另外它们还能和你一起潜入30米深的水底。强大的水压对你们来说根本不算什么。即使你不小心把一只“快乐每一天”手表丢到摄氏40度高温的洗衣机里, 它也依然保持着像你第一天戴上它那样的新鲜亮丽。



蜜丝罗妮——一切会很美!



在2004年里, “简约”风格正渐渐远离我们, 而对于“特别”的细节的追求, 对“美丽的鞋子”的渴望使得蜜丝罗妮设计师更加关注每一个鞋款的个性体现。更多精美绝伦的作品会吸引人们的视线, 在2004年里蜜丝罗妮让你将潮流展示更多样化, 装饰细节将更丰富, 色彩将更绚丽, “美丽而独一无二”将是你的座右铭。在二十一世纪的今天, 蜜丝罗妮的发展使鞋款的多样化更容易实现, 更容易找到“和别人不一样”的鞋子。

COCOLULU 登陆中国市场



来自日本超人气品牌COCOLULU成名于日本潮流之巅——涉谷109, 设计性感, 用色大胆一直是此品牌的特点。散发着活力气息的COCOLULU已经成功地进入年轻人市场, 成为年轻女性选购时尚服饰的必然选择。今年, 这股COCOLULU旋风席卷到国内, 并率先在北京西单华威大厦建立第一家国内分店。不到3个月, 广州分店以及台湾分店亦已开幕。北京第二分店西单文化广场店也已经开业。

BETU04春夏系列

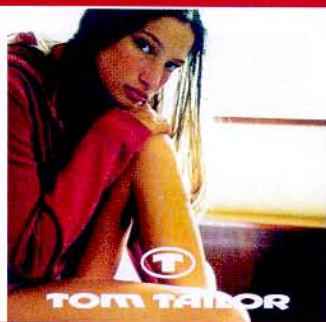
BETU2004年春夏系列服装, 色彩丰富, 颜色对比鲜明, 风格休闲, 简洁, 予人清新活泼, 充满阳光气息, 深受年轻女性青睐。本季节年轻风潮, 并非单纯强调女性的年龄, 而更在于由年轻风格赋予BETU2004春夏女装的女性化和柔弱感。此系列服装运用简洁明快的设计元素, 勾勒出一道绚丽多彩的都市风景线。布料以全棉、化纤、混纺居多, 无论针织或梭织, 均有花纹、印花、格子等图案的款式。服装设计大方, 有修腰效果, 适合上班一族, 又不失时尚。



服装设计大方, 有修腰效果, 适合上班一族, 又不失时尚。

TOM TAILOR创导健康
舒适的生活方式

清新自然的风格, 纯粹天然的面料, 以及贴合身形的剪裁都是TOM TAILOR女装产品在国际上一直流行的原因。TOM TAILOR一直倡导的“天然性感”, 在其女装产品中更是得到了淋漓尽致的体现。没有过多的繁复设计, 没有难以打理的装饰, TOM TAILOR的女装绝对适合现代新派女性的生活及思维习惯。



MissK
2004年春夏新装上市

香港著名品牌MissK带来了其最新的2004年春夏系列, 色彩上使用了绚丽缤纷的浅粉、红、水蓝、夏季节系列中大量运用Pucci图案, 蝴蝶、大草等各式更加绚丽的印花, 热情洋溢。



面料上多采用了薄纱真丝、奢华的色丁、飘逸的雪纺、弹力针织及网布, 搭配以羽毛、贝壳、亮钻、珠片、手工绣花装饰, 结合各式百褶、波浪、荷叶边的设计, 将MissK的女人味演绎得更加淋漓尽致!

艾格家居服的魅力

今年春夏, 艾格推出了一系列家居服, 用温柔将妩媚的居家女性包裹:

“樱花系列”舒适惬意; “KATHARINE系列”神秘性感; “LONG ISLAND系列”浪漫妩媚; “MOZART系列和条纹系列”可爱温馨。这些家居服不仅采用了流行舒适的面料, 还将花朵、条纹及蝴蝶结等今年最IN的时尚元素融入其中, 赋予了家居服新的含义, 令家居的女人散发出温婉迷人的气息。



FREE BIRD 自由鸟——营造地中海浪漫之旅



2004年春夏自由鸟女装将展现一个既清晰又具有时代感的都市形象。以飘逸、柔軟的雪纺面料在多样印花图案的点缀下, 配以大量的花边、抽褶的装饰及不对称的剪裁手法, 流露出女性柔美、浪漫、自由的气息。

采用天然棉、麻质料, 透过不同元素的精心设计, 以怀旧氛围的绣花、天然贝壳的点缀装饰, 随兴而别致, 缔造出浓厚的地中海风情。把今夏的时装潮流带入一个崭新的舞台。

fornari佛罗伦2004年夏季资讯

2004年夏季, fornari夏季时装以丰富浓郁的色彩线条激情碰撞, 营造出诱人的异国热带气氛。整个系列均围绕着旅游度假的主题, 自然、舒适、不造作, 让21世纪女性的真我性格表露无遗。运用紫色与绿色的组合, 配以女性化的线条, 重新演绎城市猎装风格; 又或者以锈色与咖啡色的组合, 加上木珠、贝壳的装饰, 热情又充满野性, 特别适合率真的女性。



暇步士休闲凉鞋



抑或只是浸在音乐里小歇, 暇步士都会为你的双脚带来舒适的质感。

美丽宝——时尚就是这样简单



踏进美丽宝流行鞋业专门店, 今季所有流行元素尽收眼底。运动风潮、都市休闲、百变配饰、缤纷色彩……看眼前的KOKOPELL品牌女鞋, 真皮圆头搭带平底鞋正应和了2004年圆头平底鞋的复古潮流, 采用麻绳搭带配衬纯白、粉红或粉蓝等粉色系, 简约经典。KOKOPELL教你以简单的心诠释休闲写意的生活, 时尚在不经意间流露, 就是这样简单。

SISTERHOOD 我为“首饰狂”和爱戴一起 秀秀夏日最爱的首饰

看看杂志，逛逛商场。这是明星在闲余时间喜欢的活动，听说最近走红的灵歌小天后爱戴在拍摄她的首部影视处女作——央视2004年重头剧《浮尘》的空隙，乘机在法国和意大利淘了好多宝贝准备秀一“夏”呢！那么你呢？《瑞丽》在北京，上海，广州邀请到9位“首饰狂”美眉，和爱戴一起“互动美丽”！

策划/从从 执行/（北京）从从 协助/水印长滩 摄影/杨国伟（1216工作室） 化妆/佳佳 品牌鸣谢/AXARA（上海）执行/王萌雅 摄影/俞苗新 化妆/亚亚（广州）执行/袁园 协助/李瑛 摄影/朱文道（智明渡）

夏天？当然要戴亮晶晶的，不过我在欧洲看见美眉们都流行戴护腕。

我和爱戴都是混血儿，难怪都喜欢那种很有民族风的项链和很大的吊坠耳环。

夏天我还是会选择线条简单一些的，看起来比较清爽。

我在国外待的时间较多，比较西化，因此喜欢那些夸张艳丽的饰品。

如果不知道今年流行的款式，那就一定要看《瑞丽服饰美容》！

谁在说银饰不好？我就特别喜欢！多好看啊。

爱戴送给瑞丽读者的大意是：“瑞丽的读者有着锐利的眼光，具备睿智的头脑和丰富的经历”

我选购全凭自己心情，强调清爽、干净的感觉！连逛街都爱一个人逛，这是自信！

今夏我会尝试不同类型的首饰，主要是搭配衣服。

我经常去一些小特色店淘宝，挑选时首先考虑款式，其次才是做工和价钱。

接下来看看她们的宝贝有多漂亮吧！

check!!

爱戴和她的心水宝贝

爱戴，一个出生于20世纪80年代初的女孩，曾获“东南劲爆音乐榜”“最佳天后接班人奖”、“十大金曲”奖、香港“TVB8金曲榜”“2003年度最佳女新人”金奖。具备混血气质的她，看来星途灿烂。

这次的互动美丽活动，她会带什么宝贝来给我们过把眼瘾呢？

十个心水Q&A问爱戴

Q 拍片这么繁忙，如何偷闲去淘宝宝贝？有无好看的宝贝将在新片里出现？

A 拍片期间基本是没有什么时间好好逛逛的。新片里，我的角色是个学建筑的学生，是比较严谨的那种，而这次我买的饰品都是比较夸张花哨的edell风格，大都是平时生活中会佩戴的。

Q 你个人偏爱什么风格的首饰？

A 我比较喜欢夸张的东西，Punk一点的，因为不管怎样，佩戴的饰品好像只有跟本人的气质相符看起来才会比较自然，比较舒服。而我的性格就是那种，怎么说，自己夸自己一下，比较有个性，比较叛逆一点。所以我戴的饰品也多是那样的，像耳环啦，都是夸张的大圈圈的那种，像5月号《瑞丽服饰美容》第102页所介绍的。

Q 你喜欢在什么部位佩戴首饰？

A 我喜欢戴手链啊，项链啊，还有耳环。臂环呢戴得不多，因为我感觉它卡在胳膊上挺不舒服的，平时我也不常戴饰品，因为有时候不注意很容易把它们弄坏，这些都是我非常喜欢的东西啊，所以干脆不戴了。

Q 欧洲最近流行什么风格的首饰？

A 她们很喜欢那种胶质饰品，今年在法国特别流行，颜色特别鲜艳，很有质感。夏天戴起来看着也挺凉快的。我就买了很多那种材质的耳环回来，戴出去很炫呢。所以我想推荐给瑞丽的读者。

因为我平时基本没有时间去逛街，只能是看店的橱窗展示，如果橱窗里有我喜欢的东西，我会进去看看。像我这次带回来的那个金色的臂环和项链，本来是戴在店里一个黑人模特身上的，非常抢眼，一眼就被我看上了，所以它现在就在这里了。

Q 很好奇你们这一行的美眉，特别是和你一样生于20世纪80年代的小名人，在饰品选购上有没有特殊的审美和要求？

A 也许因为我在国外待的时间比较多，性格上融合了很多西方的元素在里面。而圈子里其他女生可能会东方一些，饰品也多会选购细细小小比较精致的那种，如果给我那些东西，那不是丢了就是坏了，可能它挂在我头发上被我一甩就不见了。而且就算我打扮得很东方很淑女，别人也会说，啊！怎么还是那么Punk那么

叛逆那么Edlle。

淘宝花絮

Q 在法国和意大利拍片期间，有没有趁机购买新首饰？

A 有啊，这次去拍片，就买了很多新的有意思的饰品。为了追求唯美的感觉，我和剧组几乎跑遍了法国、意大利，包括艾菲尔铁塔、塞纳河、卢浮宫、自由女神像、巴黎圣母院等各个名胜古迹。这与我在求学时来游玩的感觉完全不同。

Q 在国外买饰品的趣事？

A 在法国卢浮宫后面偏南边有条小街叫做Revoli，我们有次开车路过那里，整个一条街道全都是小店，有饰品啦，衣服啦，鞋子啦很多很多，都是女孩子非常喜欢的。说到这里想起来一件事情，有次看到一件黑玻璃的饰品非常漂亮，颜色都是现场制作上色的。老板就问我需要什么颜色，我想用它来搭配一件绿色的衣服，就说Red，结果老板嘟囔了一句：oh, Chinese always red.

Q 最近有否购置新首饰的计划？

A 最近才从法国带回很多饰品，而且我选购上从没想过计划什么的，有空上街看到喜欢的就买。

Q 今夏会考虑什么风格的饰品？

A 对我来说，一样东西的Design非常重要，至于价格之类的我不会考虑。我一直都偏好那些夸张的艳丽的粗大的饰品，没想到今夏的首饰主题恰好就是我最爱的夸张绚丽风格，真是太棒了！

Q 你在选购首饰时，首要考虑什么？

A 一家店的橱窗对我来说也是很重要的，



↑这是我在香港一家店买的，用来配宽袖子的衣服刚刚好，颜色最好是白的或者衣服上带些首饰上点缀的颜色都很好，比如说湖蓝啦，淡粉啦。



↑这套饰品非常天然，看起来也显得很凉快，就搭配那些宽松干净棉质的上衣，包住臀部的那种，再穿条窄腿的裤子一定非常靓！这个是从意大利路过的时候在那里买的。



↑我上台的时候会选戴这件饰品，因为它看起来很乖，打破了我一般饰品的风格。这个呢，一定要带在锁骨以上比较好看，我的锁骨就很漂亮，所以我选择这个来衬我的锁骨。



✓这个就是我说的那种胶质的饰品，在法国买的，配上V字领或者低胸的衣服都非常出色。



一晶晶的十字架吊坠项链，也许第一眼它并不会给人留下深刻印象，但如果是在晚上看到的话一定会有这种感觉，它在灯光下会变得特别闪亮耀眼。



北京美眉

爱戴的许多有甜美感的首饰
和我们拥有的差不多哦

北京



莱静 21岁 编导, 水瓶座

- 很喜欢买饰品, 因为不化妆, 所以每天都要换饰品。
- 特别偏爱银饰品, 还有皮的那种。
- 会去看一些时装展, 也会看时尚杂志, 依靠这些来作为选购饰品的参考。
- 通常去西单华威买, 有时也去东四。
- 比较在意价格, 其次是材质。
- 夏天的搭配尽量选择线条简单一些的, 这样看起来比较清爽。

两面挂件

→ 它是从一个朋友的脖子上抢下来的, 它有两面, 一面黄色, 一面褐色, 这样男孩女孩都比较适合佩戴。

宫灯耳环

→ 是从地坛边上一个古董店里买的, 据说前拥有者是个清末的女孩子, 它的制作工艺比较特殊, 是用铁和其他金属合成的, 比较适合在夏初佩戴, 穿那种怀旧一点的衣服会比较有味道。

镶钻花狗狗挂件

↑ 因为我是属狗的嘛, 一般韩国的狗狗饰品都比较雷同, 而这个挺特别的, 上面的钻石无论颜色还是大小都不统一, 夏天在阳光下特别亮眼, 搭配些薄料子的裙子和花花衣服一定特别好看。

黑金沙石戒指

↑ 过年的时候从君太百货里买的, 是送给自己的生日礼物, 它特别的地方就在于在灯光下看会觉得通体黑色的表面下有很多亮晶晶的小颗粒, 红色的金色的非常耀眼, 非常漂亮。

贝壳项链和耳环

↑ 这个耳环是用一个挂件自己改装的, 所以只有一只, 后来又看到这串贝壳做的项链, 这两件饰品简直是绝配, 所以立刻就把它买下来了, 夏天戴上这个再配上夏威夷风情的衣服, 一定会让人觉得就像走在海滩上一样的清爽和舒服。



白翎 22岁 留学生 双鱼座

- 偏爱银配饰, 风格比较多元化, 夏天通常会选购一些亮晶晶的戴。
- 会看些时尚类杂志, 国外的比较多, 但参考得不多, 基本是自己上街逛, 凭自己的审美喜好挑选饰品。
- 很在意饰品的真假, 尤其是耳环。
- 夏天因为穿得少, 会多考虑饰品与衣服的搭配, 而且更会选购一些颜色鲜艳亮丽一点的衣服来搭配。

狼头挂件

→ 这个银饰是我在欧洲一家小店买的, 当时它就摆在橱窗里, 一眼看上去就特别吸引我, 想也不想就把它买下来了。

水晶甲虫挂件

→ 这是我最喜欢的宝贝了, 是施华洛世奇的水晶制品, 所以尽管它的小翅膀被我摔掉了一点但我还是把它带来了, 夏天把它露在外面阳光下, 晶莹剔透的特别漂亮。

护腕

→ 今夏这种东西在欧洲很流行哦, 很多女孩子无论穿什么样的衣服, 手腕上都会戴一个, 如果再把手表戴在护腕上面会更有意思了, 夏日护腕还可用来吸汗呢。

小熊挂件

→ 去年回国和朋友逛街时在海盗船买的, 看到这个银的小熊挂件就走不动路了, 它的四肢都会动呢, 这么小的东西还能动起来去真是很精致了。

手链

↑ 这也是在欧洲买的, 大概5欧元, 不知道是什么材质做的, 觉得挺好看的, 用来搭配一些剪裁简单, 颜色单一点的衣服比较好看。



姗姗 22岁 职员 巨蟹座

- 只爱水晶的或者琉璃的, 看重饰品本身象征的意义之类的。
- 最喜欢在手和脖子上佩戴首饰。
- 会根据自己的衣服去挑选搭配饰品, 也会参考时尚杂志, 觉得《瑞丽服饰美容》就挺好。
- 喜欢去北京新世界, 中粮广场, 还有潘家园或者路边的小店购买, 基本不买假的东西。

琉璃挂件

↑ 这是我男朋友送的, 很漂亮吧, 见过它的人还没有不喜欢的呢, 这应该叫龙凤配吧, 我戴的这个是凤, 他还有个龙的。

紫黄晶手链

→ 我戴的东西一定要有意义, 买下它因为觉得挺漂亮的, 但是具体意义记不清楚了, 好像是一切顺利的意思。

粉水晶

→ 这条里面有杂质的是粉水晶, 那条透亮一点的叫冰粉晶, 这两个都是象征爱情的意思。

绿幽灵手链

→ 我有一大一小的两戴, 有时候一起戴, 有时候分开戴, 这个是代表事业财运的意思。

黑曜石手链

→ 这是避邪用的, 据说香港的很多明星都戴呢, 搭配衣服没有特别的要求, 只要不是运动类型的就好吧。

北京美眉齐齐推荐的特色首饰店

- ① 尚格
北京安定门外蒋宅口巨库一层
- ② redcoral
北京西单文化广场77街地下2层
- ③ CASA (银饰)
北京东四北大街395号
- ④ ANDYOU
北京西单文化广场77街地下2层



水晶头饰

↑ 在西单买的, 觉得颜色搭配起来看着很舒服而且也好配衣服, 样式最好是淑女一点的连衣裙什么的。

上海美眉

爱戴对首饰潮流的精致理解
我们一致Agree!



赵颖琦 22岁 学生 天蝎座

- 喜欢银饰，经常会买。
- 最喜欢手链，因为手臂比较纤细。
- 今年夏天要买一些看起来比较有设计感的银饰。不过以简洁为前提。
- 想尝试女人味和休闲感结合的MIX & MATCH。
- 平时喜欢阅读《瑞丽服饰美容》
- 在夏日搭配首饰会特别选些不太繁复看起来干净简单剔透的首饰。



海豚手链

←纯银的手链，最好的女朋友出国的时候买回来送给我的。海豚是空心的，摇一摇，还会哗啦哗啦响，海豚应该是很夏天的感觉。

心形粉红水晶项链

←我很爱研究日本杂志，前几期《瑞丽》上就介绍过这一款心形项链，我在其他的日本杂志上也见过，所以看见它，就买下来了，很时髦的。



银色镶皮绳十字架

←我一直认为纯银和皮的质感非常相配，所以第一眼看见这个十字架的时候就动心了，它的设计很别致，把皮绳绕在十字架上。今年一月份在Follifollie买的，当做送给自己的新年礼物。



色子吊坠耳环

←很搞笑吧，朋友送给我的，虽然很少戴，看到它就觉得很好笑，因为朋友说去赌博一定要戴，色子找不着了，拿下来就可以用，好像也是Follifollie的。



星座吊牌

↑这个星座吊牌是我的星座，好玩就买下来了。



戚丽姝 22岁 职员 双子座

- 因为有混血血统，所以喜欢波希米亚风格。
- 喜欢通过电视，杂志，还有大街上的美女打扮了解流行动向。
- 喜欢到一些商场的银饰铺去淘淘，价格很平民，设计也很新颖。在一些购物中心的首饰区，也许会淘到店主从外地带来的有特色的饰品。
- 夏日的首饰要考虑美观与舒适，要让心情变好，那就选简单大方的。

彩色吊坠银手链

←在一间叫What's Up的小店里买的，买的时候说是意大利的手工艺品。很有味道。爱收集首饰的我一直在找这样的手链。有点彩色，有点可爱。



扑克牌银项链

←非常波希米亚的项链，我很喜欢，朋友知道我喜欢这类首饰，买来送给我的生日礼物。搭配我有点国外血统的脸，很有味道。



波希米亚耳环

←去年在梅陇镇伊势丹下面的首饰柜台买的，很多这种类型的首饰细看并不是那么精致，但这一副就经得起挑剔。戴了朋友都说好看。



心型双层戒指

←这枚戒指其实是二合一，可以分开戴，一起戴更有味道。一个是心形水晶，另一个是星星镂空，好可爱。



彩色皮绳十字架

↑是和那个彩色吊坠手链一起买的，好漂亮，十字架有点笨头笨脑，圆圆的，很有嬉皮的感觉，不特别的首饰我是不买的。



妮佳 20岁 学生 处女座

- 每天都搭配一些比较可爱的首饰，心情也会很好。
- 特别喜欢水晶类饰品，那种戴在手上晶莹剔透的感觉，真的很亮丽。
- 如果不知道近年流行的款式，那就一定要看《瑞丽服饰美容》。
- 常去上海来福士广场和港汇广场购买首饰。关键是质地一定要好。
- 夏天比较喜欢戴些清爽的，线条流畅的，会给人比较舒适的感觉。



粉红镶水晶十字架

←这是最近一次逛街的时候买下来的。一千多块钱，因为粉红色很配我的皮肤，日本杂志上最近都在介绍水晶十字架。施华洛世奇也是上海女孩子很喜欢的一个牌子。

水晶长吊坠耳环

←五颗水晶穿成的长耳环，很淑女哦，朋友送的生日礼物，很喜欢。



黄色五角星水晶耳钉

←今年夏天狂爱透明质地的饰品。这对耳钉是在泰康路一家小店里买到的。老板说今年美国日本都流行大水钻，越大越好，HIP-HOP的人最爱啦。虽然我不是HIP-HOP的风格，但这个黄水晶我觉得很别致，也可以拗成淑女造型。



粉色水晶手链

←粉色水晶石是今夏自己买的，不是很贵，听说粉色水晶石会招来桃花运，嘿嘿，不晓得是不是真的，我已经戴了一个月啦。



蓝色方水晶戒指

←夏天我喜欢看上去有清凉感的首饰，这个施华洛世奇戒指的蓝色水晶好漂亮，我咬牙切齿了半天，才痛下决心买下来的。



上海美眉齐齐推荐的特色首饰店

- ①What's Up
上海泰康路210弄7号3室
- ②施华洛世奇淮海路专卖店



广州美眉

广州

喜欢能代表自己个性的饰品？
我们的选择也是爱戴的观点！

骨质绿皮绳项链

—自己DIY的作品，将蛇的头去肉留骨，浸泡处理后用绿色皮绳穿绕。

太阳吊坠项链

—朋友赠送，喜欢它是因为其金属与琥珀的搭配彰显个性且好搭配衣服。

金属圆环+三角形吊坠项链

↑广州北京路购买，金属材质，适合低领同色上衣，圆形链身适合自己的脸型，三角形金属吊坠既冷酷又时尚。

红石耳环

—民族气息浓厚，个性且带着摇曳风情，流行前线购买，价格18元。

蓝色小圆石耳环及花朵耳环

—都在流行前线购买，款式特别，颜色纯粹

金属色吊坠耳环

—大的绕丝圆环配上3条冷金属小圆片吊坠，个性，夸张而且粗犷不羁，适合低腰牛仔裤+紧身小背心。

铜色金属耳环

—大气、夸张，适合与时尚小上衣及同系列项链，手镯搭配。

Bullinch 22岁 编辑 白羊座

- 最喜欢戴耳环，在左耳耳骨上打了耳洞，觉得这样戴耳环有个性。
- 喜欢有个性的饰品。譬如金属、陶珠、石头和骨质饰品。还特别喜欢自己DIY饰品。
- 不追流行，全凭自己心情，强调清爽、干净的感觉。
- 爱一个人逛街，相信自己的眼光。
- 通常会去流行前线的一些饰品店以及专门提供DIY饰品的小店。

粉色翡翠项链及耳坠

—自己DIY的作品，项链的粉色翡翠取自石头记的手镯（手镯太大，取下一块翡翠，做成项链一举两得），皮绳为另外购买，搭配同色系耳坠，温润乖巧而又带点休闲。

仿绿松石项链

—材质为塑料，颜色鲜明，造型夸张，比较适合搭配较前卫型的服装。购于北京路。

大红色饰品

→大红色饰品具有很强的东方韵味，手链为纯手工制品。

牛仔颈圈

—牛仔颈圈配大珠子有很强的吉卜赛风格，购于建设六马路。

刘薇 25岁 市场助理 双子座

- 喜欢有金属光泽，做工豪华精细的水晶或仿钻饰品。
- 会尝试成套的首饰。
- 根据自己的服装进行搭配，也会适当参考《瑞丽服饰美容》等杂志。
- 常独自去买首饰，因为是学服装设计出身的，很相信自己的眼光。
- 夏日佩戴的项链不要过长，耳环节指要较为夸张。颜色上要与其他装饰物搭配起来。

藏饰耳环

↑左边为典型的藏饰，具有强烈的民族风格，材质为藏银。右边的蝴蝶形耳环，不同颜色是我的特别挑选。

三款耳环高贵典雅

→左下的大圆圈耳环为仿钻，右上两款为淡水珍珠，适合搭配较成熟优雅的正装。购于广州荔湾广场。

黑色仿钻蝴蝶首饰

→适合搭配夏天的各款裙装，品牌为伊泰莲娜，价格为300元左右。购于天河城广场。

七彩塑胶手环

—夸张的设计和绚丽的色彩带来快乐的感觉。购于广州恒宝广场，35元。

紫水晶花朵造型项链

—花朵造型是今年夏天比较流行的一个元素，用它来搭配裙装或裤装都很好看。

银质星座手镯

—简单的款式中却带点魔幻色彩，风格比较简洁硬朗。购于天河城广场，178元。

仿水晶戒指

—看上去很像天然的水晶簇，适合夏天的气氛。购于状元坊，10元。

红色心形脐环

—其实我自己不戴脐环，但是当时看它实在漂亮得可爱，所以就买了。

银质镶水晶指环

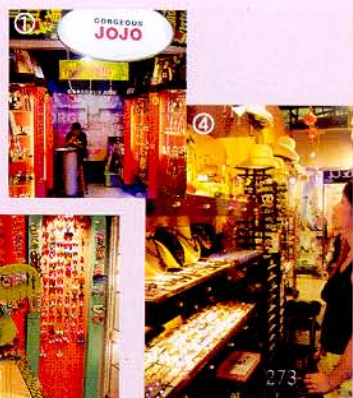
—冷冷的银配冷冷的蓝色奥地利水晶，带来大海的气息。购于天河一路，80元。

小脚丫造型戒指

—亮亮的，很可爱，常常用它搭配一些比较休闲的衣服。购于状元坊，15元。

广州美眉齐齐推荐的特色首饰店

- ①JOJO
广州市中山三路流行前线I-23铺
- ②碧珠作坊
广州市中山三路流行前线C-002铺
- ③金怡
广州市中山三路流行前线I-07铺
- ④SPY
广州市中山三路流行前线C-035铺



Test 通过E-mail透露他

他是个热情坦率的男孩吗？

E-mail正文：

听朋友说有一个很神奇的测试游戏，只要给出恋爱的次数就能算出你结婚的年龄。你要不要算一算自己到底什么时候会结婚？我算的是26岁结婚，看来我要抓紧啦，哈哈。你也来算算吧，很好玩！

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 打着测试结婚年龄的幌子，不露声色

其实不是来算结婚年龄，这不过是一个障眼法，是想知道他到底恋爱过多少次。表现出你觉得很好玩的样子，引起他的兴趣。

Point 2 一口咬定，你是从别人那里听到的这个测试小游戏

在邮件里表明，这游戏自己尝试过觉得很好玩。最后不要忘记把自己算出的答案也写上面，彻底消除他的疑心。

回信中揭开他的“真面目”

“我恋爱了*次！”

如果对方能很快告诉你自己的恋爱次数，说明他是一个心怀坦荡的人。至少他是真诚的，对你毫无戒心，愿意与你共同分享他的过去。

“这是什么意思？”

此人疑心甚重，这种人处处小心城府很深，也许他会说这是小孩子的把戏，但是无论怎样只能说明他心里有鬼，不愿坦白他的过去。

“其实你想知道我交往过多少女孩吧？”

糟糕！被他一眼看穿了！这时你一定要伪装得很无辜：“怎么会啦？”你要插科打诨糊弄过去，他太聪明啦，以后交往时你什么事也瞒不住他的，要做好心理准备！

他会不会朝三暮四，经常出轨？

E-mail正文：

我爸爸快过生日了，想来想去觉得买些实用的东西送给他比较好，所以我想买条腰带送给他做礼物。你有几条腰带？在挑选腰带的时候都要注意些什么呢？快给我些建议吧！

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 从他选择腰带的标准就可以看出他是否容易出轨

腰带其实就是男人潜意识中女人或性的象征。从他拥有腰带的数量和购买时的标准，就可以知道他的本性里有多少拈花惹草的念头。

Point 2 腰带的数量暗示着他与生俱来的“花花”程度

如果他有1-2条腰带，他很专情。如果有3-5条，面临诱惑时，他的忠贞就可能退休。如果有6条以上的話，他是个天生的花花公子。

回信中揭开他的“真面目”

“挑选的时候当然要看设计和颜色了！”

挑选腰带的标准反映了他在面临何种诱惑时容易出轨。选择颜色和 Design 的人一旦见到美貌性感的女性，就会蠢蠢欲动，这就要求你时时刻刻以美女的姿态出现了。

“名牌的会好一些！”

喜欢名牌的男人很喜欢卖弄或炫耀，面对那种可以满足他虚荣心的女人时，他会方寸大乱，千万不可以给他与这种女人单独相处的机会。

“当然越便宜越好了！”

如果他认为价格便宜最重要，或是只要够用就可以的话，那么他很可能就是那种“人尽可妻”的男人，这时就要参考他腰带的数量来判断他的性情了。

他所向往的恋爱方式是怎样的？

E-mail正文：

我从没养过宠物，但最近特别想养只宠物。如果你要养宠物的话，会养什么呢？还有你觉得要是养宠物的话，怎么养才好呢？给我些建议吧，看那些养宠物的书真是一点感觉都没有！

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 从饲养宠物的方法可看出他与恋人相处的方式

宠物在男人心目中象征着恋人，如果知道他喜欢饲养何种宠物，也就大概能明白他心目中向往的恋情是怎样的。

Point 2 如果他已经在养宠物，那就进一步问他是如何饲养的

要尽量问得详细，如养何种宠物，如何饲养等。问得越详细，就会得到更多他的相关信息。越是详尽的问题越不会引起他的疑心。

回信中揭开他的“真面目”

“放在笼子里养啊！”

把宠物关在笼子里，或是拴着养的人都占有欲极强的人。他希望女朋友只属于他一个人，不能与别人分享。只要你明确表达你对他的爱意，就可以轻易俘虏他的心。

“天天和它一起玩！”

如果他的回答是“喂它好吃的”，还有“和它一起玩”，那么他是一个心地善良，温柔体贴的人。做什么事都会考虑到对方的感受，不会让女孩觉得厌倦。

“必须要好好训练它！”

如果他热衷于训练宠物，让宠物牢记各种命令，那么他对你从着装到化妆都会指手画脚，他通常以他的品位来要求你，一旦开始恋爱，就会立刻表现出大男子主义作风。

从回信中的惯用语分析他的性格

每个人都会有自己的口头语，从回信中反复出现多次的语言中，可以分析出他隐藏的性格，现在来分析他给你的回信吧！

“我也说不准”

具有高度协调性，他是男朋友的绝佳人选

讲这种话的人通常对自己没有信心，不会把自己置于强势的地位。具有协调性和同情心，这种男孩对待女朋友会呵护备至。

“累死我了”

此人对爱情十分渴望，你要经常去安慰他

喜欢说这种话的人通常对爱情十分渴望，想告诉对方自己是多么的努力，希望得到对方的承认，这时你要在信里温柔地安慰他。

“可是……”

他喜欢反驳，却有着极大的耐心

他在回信中经常出现反复置疑的口气，说明他是个喜欢争论的人，有时候他有些神经质，他是个事事追求公平公正的人。

“气死我了”

怕麻烦，但大大咧咧没有什么坏心眼

“气死我了”是他对周围事情不耐烦的一种表现，他是一个怕麻烦的人，不愿意勉强自己，与他在一起时，你要小心他的情绪波动。

对你的真感情

想要了解一个真正的他吗？E-mail是你的得力工具！巧用E-mail帮你“旁敲侧击”，看看他的爱情是“真心话”还是“大冒险”！

插图/佐藤香苗、智子、白ふくろウ舍、高桥エウ

看看你在他心目中的位置有多高？

E-mail正文：

记得上次我跟你说过有个朋友给我讲了他在国外学习时遇到的麻烦事吗？那次他遇到的麻烦到今天还没解决，想问问你的看法。你能不能给他些建议呢？北漂们真的很不容易啊……

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 如果他对你有好感，一定对你们之间的谈话印象深刻

当他面对一个感觉不错的异性，对方说过的话一定会给他留下深刻的印象。如果他记得你们那次的谈话，那么他对你还是很在意的。

Point 2 在信文中故弄玄虚，让他琢磨不透

千万不要在信中出现任何提示，就说“上次那事”，挑起他的好奇心，到底是哪件事啊？这样才能测出他是否对你说过的话在意！

回信中揭开他的“真面目”

“我当然记得了……”

如果他立刻回忆起你上次跟他说过内容，那么恭喜你，他很在意你。说明他对你很看重，你们很可能处在相互试探的阶段，发展下去的可能性很大！

“是……啊？”

如果他还要跟你来确认到底是哪件事的话，那么说明他还是把你当作普通朋友来看。他虽然没有全盘否定，但表明当初他并没有认真地听你讲话。对他，你还需积极一点！

“什么事啊？”

很遗憾，就目前阶段他对你好像没有什么兴趣，对你们之前的谈话全无印象，这表明他对你根本心不在焉。要想博得他的好感，你还要花费一点精力来引起他的注意。

他现在到底有没有女朋友？

E-mail正文：

前两天我去看了《蜘蛛侠2》，真是太精彩了，比《蜘蛛侠1》还要过瘾。我觉得像这种片子，还是要在电影院里看的，只有在影院才能体验到大片的震撼！你最近看什么电影了吗？

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 男孩多数会陪着女孩去电影院看电影的

在没有女孩陪伴的情况下，男孩很少独自去电影院看电影的，他们会选择怎样的女孩去看电影可以窥见他们喜欢什么类型的女孩。

Point 2 电影院这一场所的设定不会引起他的警觉

虽然游乐园和公园也是男女常去的地方，但其中蕴含的约会意味太浓厚，会引起他的警觉，所以一定要避开这些敏感场所。

回信中揭开他的“真面目”

“我去电影院看的！”

男生居然跑到电影院里看好莱坞大片，很可能就有异性相伴，如果他在电影院里看的是爱情片或喜剧片的话，那么他有女朋友的可能性就很大了。

“买影碟回家看的。”

有的男生很喜欢买影碟在家看电影，觉得那样既经济又能收藏。这时你就要问一下他具体看了什么电影。如果是女生喜欢的爱情片，那么很可能他已经名草有主了。

“最近没怎么看新片。”

电影是约会中的保留项目，就算不去影院，买碟回家一起看也别有风味。如果两种都没有的话，那么他很可能没有女朋友，要么他就是个没有生活情趣的人。

他喜欢什么类型的女孩？

E-mail正文：

现在的车价降得可真快，车的款式也多种多样。我有一个好朋友马上就要买车了，你能推荐几款车子吗？对于汽车我是外行，呵呵，你觉得买车时最应注意些什么呢？

[汉] 0/500
文字 确定 特殊

Point 1 买车的标准=选择女朋友的标准

男人的深层意识中，车是女朋友的象征。弄清楚他选车的标准也就大致明白他对女朋友的要求了。

Point 2 烟雾弹：替好朋友询问买车事项

如果开门见山直接询问会很唐突，替好朋友询问，抛出这个烟雾弹就可以名正言顺地打探他内心的秘密了。

回信中揭开他的“真面目”

“当然要挑外形抢眼的”

如果他的回答多数只围绕车子外形的美观与否，那么毫无疑问，他绝对是个注重姿色的人。他要的就是那种带出去可以满足自己虚荣心的女孩。

“乘坐空间当然要舒服”

如果他的回答是“驾驶容易”，“坐在里面感觉很舒服”，说明他是个看重性格的人。他喜欢那种令人如沐春风，温柔体贴的女孩。所以跟他在一起时，要注意营造温馨的气氛。

“车速一定要越快越好”

如果他建议你的朋友挑选时注意车速的话，那他一定喜欢那种看起来坏坏的女孩。而且渴望两人之间绝对自由，谁也不去约束谁，对他，你不要过分主动才是！

“好像是……”

此人太在意别人的眼光，有事也不要找他商量

他不想得罪任何人，并刻意与别人保持距离，不想跟任何一个女孩走得太近。如果他总是“好像”“好像”的，证明他不是个实在的人。

“(^_^)”

活泼热情，朋友很多，但不够细致体贴

大量使用脸形符号让人阅读起来不顺畅。回信中频频出现脸形符号的他虽然热情，但仅止步于自我满足的层次，是个孩子气的大男孩。

“不知道是不是……”

如果出现在回信的开头，那他有些做作

他对自己不太有信心，是个谨慎谦虚的人，但对于女孩通常都很有耐心，给女孩温柔体贴的印象，是个有绅士风度的人。

“你不觉得不对劲吗？”

他的一惊一乍，只为你觉得他见解独特

惯用“不对劲”的人其实性格十分单纯，他只想制造话语中的重点，引起你的注意。他可能很容易被一些新奇的事物所吸引。

“特……”
“巨……”

如果他已经年满20岁，说明他还有些稚嫩

一些夸张的形容词前缀，用多了会让人怀疑他的智力。这就表明他还是个大孩子，没有与年龄相符的心智，容易让女孩没有安全感。



曼秀雷敦 瑞丽
第2届封面女孩大赛



是你欣赏世界，

还是世界欣赏你？

是世界改变你，

还是你改变世界？

曼秀雷敦 瑞丽

第2届封面女孩大赛美丽总召集！

让你的美与瑞丽一起绽放！

健康光彩 星梦成真

曼秀雷敦 瑞丽 第2届封面女孩大赛

星梦触手可及——

瑞丽签约模特

新碧阳光女孩

乐碧冰爽女孩

乐敦亮睛女孩

水彩润唇女孩

曼秀雷敦美肤女孩……

下一位天后可能就是你！



裕福珠宝
YUFU JEWELLERY

参加就有机会赢
裕福珠宝等你拿

本期杂志随刊赠送报名表！

<http://www.rayli.com.cn>

<http://women.sohu.com>

<http://www.mentholatum.com.cn>

以上网站可直接下载报名表！

大赛咨询热线：010-85119845

010-85119925

E-mail: covergirl2004@rayli.net.cn

(本活动解释权归北京《瑞丽》杂志社)

阳光女孩大赛

素质要求：
阳光笑容 健康肤色
模仿贴进度：85%

培训秘籍 1

1. 要够运动，和阳光的亲密值保持在每天的2~3小时。当然不要忽视防晒工作哦。
2. 笑容灿烂，在镜子面前锻炼，发自内心，而且保证八颗牙齿露出来。
3. 你需要足够的自信，有了这样的心理建设，你可以过关斩将，笑到最后！

新碧 SUNPLAY 30+

冰爽女孩大赛

素质要求：
清爽感觉 至酷性格
模仿贴进度：92%

培训秘籍 2

1. 止汗！既然要清爽首先一定不能汗流浹哦。
2. 你需要有胆量和至酷的性格，就需要多做些手臂上扬，抬头挺胸的动作喽！
3. 清爽最好是由内而外的，你平时要多注意营造自己的亲和力！

BOBICES FRESH

肌肤女孩大赛

素质要求：
美白容颜 晶莹肤色
模仿贴进度：90%

培训秘籍 3

1. 要想皮肤好，清洁一定要重视。
2. 晶莹剔透的质感，这就需要你由内而外地多补充营养了！
3. 保持快乐的心态。

ACNES

曼秀雷敦 瑞丽 第2届封面女孩大赛

赛前热身培训班

你想成为众人瞩目的super star吗？想成为瑞丽的封面女孩吗？没有什么是不可能的，赶紧去参加“曼秀雷敦 瑞丽第2届封面女孩大赛”吧！即使你没有十成的把握，但是有了五位模特模仿相应的奖项要求，为你现身说法，保证你星梦成真！

● <http://www.mentolatum.com.cn> ● <http://www.rayli.com.cn>

策划/执行 lala.j 东东 摄影/阿伟 化妆/君君（东田造型） 模特/Hebi 温雯 张子萱 史炜（瑞丽专属） 杨幂 服装/北京攻略、吃草的驴、安麒店、靓靓屋

眼睛女孩大赛

素质要求：
明亮眼睛 摄人心魄
模仿贴进度：95%

培训秘籍 4

1. 少看电视和电视，保持眼睛健康。
2. 多使用滋润眼药水，缓解疲劳，给眼睛做足深呼吸。
3. 眺望远方，多看绿色！

水润唇女孩大赛

素质要求：
柔润双唇 动人光彩
模仿贴进度：97%

培训秘籍 5

1. 淡淡的就很漂亮，所以涂抹唇膏时，保持淡淡的一层就好。
2. 嘴唇一定要够滋润，柔润感觉最重要。
3. 多微笑，展现你双唇的魅力！

Mentolatum Water Colour Lip Balm

瑞丽

伴

随

女

性

生

设

计

美

丽

设

计

《瑞丽可爱先锋》抢先推介前沿时尚的三百六十度流行风向标。

面向都会、前沿、个性、激情的都市青春女性。每月21日出版

《瑞丽服饰美容》提供全方位实用指导的服饰美容潮流专刊。

面向时尚、靓丽、健康、自然的都市年轻女性。每月1日出版

《瑞丽伊人风尚》指导都市白领女性美丽与生活的时尚杂志。

面向职业、优雅、平和、愉悦的都市白领女性。每月11日出版

《瑞丽家居设计》全方位提供装修装饰导购方案的实用时尚型家

居专刊。面向注重生活品质与潮流的城市家庭。每月1日出版

北京《瑞丽》杂志社
www.rayli.com.cn

命 的 每 个 阶 段

生 活 ● 实 用 时 尚



NEWS BEAUTY OF THE NEWS 2

展现源自然的美丽 蝶妆缙兰莹白亮彩面膜



太阳对肌肤有有益的一面，但久积的紫外线及强烈的太阳光对皮肤照射会产生雀斑、瑕疵等，使肌肤变黑，并呈现晦暗。蝶妆缙兰莹白亮彩面膜，蕴涵丰富的美白精华，维生素C和天然桑树萃取精华。高效美白肌肤，淡化并抑制黑色素，创造白皙透明的鲜活肌肤；并能迅速补充肌肤水分，让肌肤始终保持水嫩清新。如果每天使用一张面膜，连续5天，美白更迅速。

这个夏天，我要做个有“面子”的人！巴黎欧莱雅



满面油光，痘痘，粉刺和暗疮——真叫人心烦意乱！怎么办？

巴黎欧莱雅“Pure Zone”净界系列，针对油光、痘痘等面子问题，又有新招！全新推出，重拳出击。巴黎欧莱雅“净界”深层去角质洁面啫喱，解决油光、痘痘等一系列恼人问题，让你在夏季，全新体验清新纯净，做个有“面子”的人！

玩转Up2U由你旋转彩笔 玩出个彩，转出精彩！

旋转新笔法，色彩新玩法，就是时尚玩乐主义。TWIST LIP GLOSS PEN 由你旋转唇彩笔共有4款绚丽唇彩莹亮，能描画出非凡的立体感觉，配合特别滋润的配方，唇色更娇嫩动人。TWIST EYE GLOSS PEN 由你旋转眼影笔共有5款神奇色彩，如珍珠般闪亮，立体光感出众，创造神奇晶亮眼色，眼眸更妩媚动人。Up2U，玩出个彩，玩得转！



全新露华浓控油净肤护肤系列 清新上市

特别针对亚洲女性特殊的肤质质地，露华浓全新上市“控油净肤护肤系列”，帮助油性肌肤进行全面改善。全新6个护理产品，结合最新科技的突破性配方，以4种多重功效的活性成分协同作用，配合率先倡导的多元化护理理念，有效长时间控制肌肤油腻状况，改善痘痘易发的同时还可缩小细致毛孔，使您的肌肤呈现天然亚光质地，从此油光不再，肌肤焕然一新，自然清爽动人！



red earth 简简单单让你的 睫毛成为时尚风景线

眼睛是心灵的窗户，“让双眸在瞬间表达个性和激情”是red earth 最新推出的这款系列睫毛膏产品的灵魂所在：red earth非凡双眸睫毛膏系列适合任何心情，此系列睫毛膏产品专门针对忙碌的当代女性而设计，通过眼睛表达自信和不同一般的个性。无论是在轻松愉快闲暇时的俏皮妆，还是当今时尚的夸张式戏剧妆，red earth非凡双眸睫毛膏系列赋予女人全新自由主张。

2V mascara

双倍浓密 双倍色彩 双倍持久
30秒速干 50%浓密 45°卷翘



乐碧止汗香体露—— 来自乐碧的完美夏天

曼秀雷敦的国际护理专家今夏强档推出全新的走珠式设计的乐碧止汗香体露。它除了采用日本2004年全新的清爽止汗配方，具有和止汗喷雾相同的止汗、杀菌、香氛三重功效外，还特别加添清爽止汗粉和肌肤保湿剂，有助保持肌肤柔滑舒爽。使用时不沾衣物，也再没有一般走珠式止汗产品所带来的黏腻感，给你最彻底的冰爽透薄。在清晨起床后，外出前或人群中，运动之前使用，感觉格外出众。

夏日美白保鲜， 拥有白净更持久

雅芳美白系列，最新研发出双C美白“保鲜”科技。除能长时间降低黑色素含量，更有效抗氧化并延长美白成分的天然活性外，让美白成分不断作用，为你的美白不断“保鲜”！

雅芳升级版的美白产品更多重还原配方，美白成分可持久保持鲜活，并加倍润泽肌肤。配合日本超微粒乳化技术，让长效美白成分迅速渗透肌底层，真正做到美白持久不变！



“痘痘族”之家—— 高伦雅芙网站BBS开通

对于“痘痘一族”，一般人很难关注他们的内心，了解他们的感受。高伦雅芙祛痘系列网站BBS的开通，为“痘痘一族”提供了一个完全开放的论坛，在这里，大家可以自由交流去痘经验，得到高伦雅芙美容顾问的即时在线指导，更重要的是，大家彼此倾诉内心的烦恼，互相关爱，互相鼓励，共同建立起战“痘”信心。

高伦雅芙网站BBS为“痘痘一族”提供了一个倾诉苦恼，交流情感，充满关爱和鼓励的“战痘之家”。



全新碧柔深度纯净系列 T区无油 水嫩度夏

全新碧柔深度纯净系列——控油清透洗面乳，独特的控油配方，含液态LS成分，易于油脂融合，彻底清除毛孔内油脂；独特的保水配方，牢牢锁住角质层水分。另外，它还萃取了金缕梅精华，消炎抑菌，能有效预防青春痘，还可以充分洗净脸部彩妆！深度纯净系列运用创新技术，温和而深层地作用于肌肤，清除杂质，净化肌肤，调理内层环境，逐步回复清新纯净的健康状态！



Ramon的日式风格发型

Ramon回国创造自己的发型生涯，现为多本时尚杂志及化妆品牌的特邀发型师。



踏进Ramon造型，头发在发型师手上摆动，入坐其中，浓郁的日本风格由不得你不去改头换面。

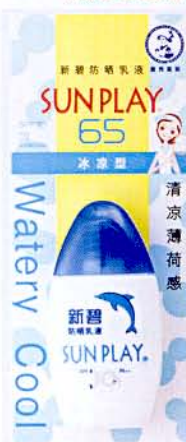
地址：北京建国门外大街甲1号金之大厦西门B层俏丽容颜——Ramon造型室（国贸西侧50米）。服务热线：010-65088286

Neutrogena®露得清专业皮肤 解析系统

今年5月在北京召开的第6届国际皮肤科大会上，Neutrogena®露得清专业皮肤解析系统第一次展示在中国皮肤科及美容专家和消费者面前。这款专业皮肤解析系统并非简单地将测试者的皮肤分成干性、中性、油性三种状况，而是通过科学的程序预先发现皮肤潜在问题。通过这套皮肤解析系统，测试者只需短短几分钟就能得到一份详细完整的现在与未来皮肤状况报告。



曼秀雷敦新碧防晒乳液(冰凉型) ——阳光也要冰冰凉



新碧冰凉型精心添加的薄荷精华，在炎热高温下都能令肌肤保持清凉透爽，为你解除压力，舒缓疲累，让活力瞬间再现。新碧专有的日本高度防晒指数SPF65配方及PA+++，具超强的紫外线隔离效果及高耐水性，流汗或是做长时间的水上运动都不用担心它会失效。

还有独特水剂配方及芦荟精华，维生素C、维生素E的呵护，抵御紫外线的同时一样给你温和滋润。

ck be「温香旅情」

ck be香氛清新宜人，轻快舒适的香气，令你尽情投入，享受个中乐趣。洒在身上，使浑身散发出一股体贴而亲密的清香，教人不得不亲近地感受ck be的香味。ck be香氛让我们在不分年龄、种族和性别的领域里，看清自己是谁。它给我们勇气，使我们敢于冒险和犯错。它请我们闭上眼睛，敞开心扉，尽情入梦。ck be系列香氛在7月推出限量版精装「温香旅情」及ck迷你背囊，把芬芳暖和的美意带到全世界。



青春无“痘”更光彩



针对青春期容易遭遇的美容困惑——暗疮，雅姿科学家推出了雅姿暗疮调理精华露，它具有卓越的修护功效。精华露采用现今最有效的修护成分之一——水杨酸，利用其消炎、清除粉刺，软化及去除多余死细胞等功效特点，帮助问题皮肤快速愈合和淡化暗疮印痕。此外，精华露还含有纽崔莱认可的人参及甘菊萃取精华，再配合多种珍贵、独特的植物提取成分，为暗疮皮肤创造一个良好的复原及预防环境。

2004美白新趋势 B&F雪颜莹采系列全面升级



全球著名护肤品牌B&F近日发布2004年美白新趋势，旗下的雪颜莹采美白系列全面升级。

B&F新上市的27号美白防晒霜采用SPF27 PA+++的配方，有效阻隔99%以上影响肤色的紫外线，带给都市白领女性全天安全防护。同时，B&F雪颜莹采系列的高浓度调理美白精华液和美白保湿霜也再造神奇，特有的纳米脂质体技术，将Arbutin美白有效成分深层导入皮肤，吸收更深入，美白更彻底。

Up2U夏日美白全攻略 阻击夏日 全面美白

亮白剔透的肌肤，灰姑娘成了白雪公主。全因Up2U的由你白净青春亮肤面膜及Up2U白净系列，让肌肤散发出由内而外的白皙纯净美。新生的净白，无需遮掩地让对面看过来。Up2U“明明白白”在脸上!

由你白净青春亮肤面膜富含多种天然植物精华，有效改善肌肤色泽，令肤色均匀剔透。再配合AAG美白因子和维生素C糖苷，能持久发挥美白效果，有效调理晦暗肌肤。



揭示完美洁肤RMC需求模式

近日，全球著名专业美肤护理专家OLAY玉兰油在举世闻名的人间仙境——九寨沟揭示了完美洁肤RMC需求模式。全新升级的OLAY洁肤系列洁面产品包括乳液嫩白洁面乳、清透毛孔洁面乳、细滑活肤洁面乳、水润保湿泡沫洁面乳和深层去脂洁面乳；沐浴产品包括多效呵护美白盈润沐浴乳、乳液滋养沐浴乳和水嫩柔润沐浴乳，全线产品全部符合消费者更高层次的完美洁肤需求，符合完美洁肤RMC需求模式。



第4届雅芳美白天使决赛 7月漂亮上演



美白模特出场，让人眼前一亮



影星陈红与主持关凌美白之道

最近一大热门话题就是雅芳美白天使选举，虽然报名已经全面截止，但前期大型路演的盛况都值得再三回味。当时情景只能用“群星闪耀”来形容，陈红、戴军等各界知名人士，与观众打成一片，把活动一度推向高潮。报名者更是踊跃报名，令选举活动让人期待!



对于美白，戴军亦有自己见解

前奏已经令全城沸腾，更不用说决赛晚上。决赛将于2004年7月下旬湖南卫视《快乐大本营》全程直播。国内各界知名人士、影视红星组成大赛评委会，为雅芳挑选出最持久白净的美白天使。活动情况更会在雅芳网站同期发布，详情请登陆：www.avon.com.cn众多精彩游戏及丰富奖品等着您!

天使之恋 白净持久

文化饮品—— 统一绿茶

绿茶源自中国几千年历史文化的积淀，是中国引以为傲的饮料。统一绿茶含丰富茶多酚、氨基酸和维生素，可消除身体中多余的氧自由基，延缓细胞老化，促进新陈代谢，增强免疫力，还可减少各种辐射对人体的伤害，是天然的健康茶饮料。



"Gold Expressions"——来自 意大利的K-gold金饰设计语言

欧洲的意大利是K-gold时尚金饰的设计制作中心。而意大利的维琴察又被称为“金饰之都”。基于丰富的设计经验和制作工艺，意大利维琴察展览局与世界黄金协会共同提出了“Gold Expressions”作为K-gold18K金饰设计的全新理念。它赋予了金饰品更多的表现方式，用细腻而又大胆的设计说出了最新的K-gold时尚。

黄金协会共同提出了“Gold Expressions”作为K-gold18K金饰设计的全新理念。它赋予了金饰品更多的表现方式，用细腻而又大胆的设计说出了最新的K-gold时尚。

润洁隐形眼镜篇

润洁®眼部护理液（洗眼液），富含维生素B₆、牛磺酸、氨基酸、透明质酸钠及杀菌成分，具有清洁、营养、抑菌、除眼垢等作用，使用方便，能够防止和减少戴隐形眼镜、美容、空气污染等引起的眼结膜充血、眼痒、异物感、干涩等眼部不适。

润洁®眼部护理液，每天洗眼，清澈又舒适！

大家一起来“洗眼” Let's Go "Bathe Eye"

1. 润洁®眼部护理液（洗眼液）富含维生素B₆、牛磺酸、氨基酸、透明质酸钠及杀菌成分，具有清洁、营养、抑菌、除眼垢等作用，使用方便，能够防止和减少戴隐形眼镜、美容、空气污染等引起的眼结膜充血、眼痒、异物感、干涩等眼部不适。



每天洗眼，清澈舒适

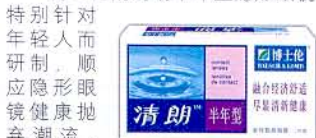
把握神奇 定格美丽 VK520，女性的最爱



作为与三星、LG齐名的韩国三大手机生产商之一的VK公司，新推出了一款彩屏可拍照手机——VK520。值得一提的是VK520不惜血本地镶嵌了世界著名品牌SWAROVSKI水晶石，晶莹剔透，色泽奇瑰。独一无二的易经占卜功能更成了VK520的点睛之笔。VK公司还重金邀请极具人气的韩国当红影星“野蛮女友”全智贤出任形象代言人，更赋予VK产品自信、时尚的气质。

"清朗半年" ——半年更换，日日相伴

博士伦的清朗半年型隐形眼镜



博士伦的清朗半年型隐形眼镜，特别针对年轻人而研制。顺应隐形眼镜健康抛弃潮流，每半年更换。镜片是采用超薄设计，中心厚度只有0.035毫米，透气率高；非离子型的材料可以有效避免污垢附着；综合工艺、边缘特殊抛光设计可以令配戴更舒适自如，还有效防干涩，保证长时间配戴舒适。这些特点都非常适合学生及上班族。

周大福最新推出 [迪士尼Mickey系列]



继周大福与迪士尼联合推出“迪士尼公主首饰系列”产品之后，周大福又将Mickey概念首次引入中国珠宝业，再一次引领潮流掀起迪士尼旋风。融合周大福与迪士尼两大品牌一贯对极至品质的追求，携手带给充满时尚气息、动感十足的首饰摆件。无论是钻石、足金、K金或纯银。专为与众不同的你打造，让喜悦常伴身边，而具有纪念意义的限量版首饰与金币，则更具有收藏价值，绝对不容错过。

Let's Shine飞利浦个人形象校园之旅

夏天如期而至，飞利浦也载着美丽的梦想来到了全国各地的大学校园。“Let's Shine飞利浦个人形象校园之旅”将从最直接的护理知识入手，为大学生们的个人护理和形象设计掀起一场革命。在每个高校设置了飞扬馆，馆内有专为学生设计的网站，提供最流行的个人护理资讯，以及供学生免费试用的个人护理产品，让学生感受形象塑造的每一个细节。飞利浦此次活动力求塑造现代、健康、阳光的大学生个人形象，让内在与外在的美丽从校园里起飞！



雅哈赛车队出征保时捷 Infineon Carrera亚洲杯赛

2004年4月21日15时雅哈在上海



海龙华机场将向外界宣布：雅哈车队参加2004保时捷Infineon Carrera亚洲杯赛的重要消息。雅哈咖啡的消费者以年轻人人居多，追求刺激的赛车运动则是他们梦想所在。拥有著名车手Matthew Marsh的雅哈车队此次出征本年度的保时捷Infineon Carrera亚洲杯赛，将把雅哈时尚动力的风格传播到世界各个角落。

洁婷绢柔： 三倍柔软、三倍舒适

洁婷全新绢柔系列卫生巾，内含独特的绢织植物纤维，质感细腻。



其采用超柔亲肤设计，令您的肌肤备受“亲”睐，给予肌肤均匀、持久的呵护。符合人体造型设计的中央立体加强吸收区，超强吸收，全面防漏，让您在经期得到全面照顾。那种和谐的感觉不言而喻。三倍柔软，三倍舒适，这就是绢柔给您感觉到的承诺！

松下电工专业口腔卫士 "Doltz"

松下电工专业口腔卫士"Doltz"是一款高科技电动牙刷。它除了能完成一般的口腔清洁功能外，还能在去除软垢的基本护理基础上进一步有效去除



皇家女子俱乐部简介

皇家女子俱乐部是专为成功女士、社会名媛、白领丽人开设的一



所集健身、美容、美体、SPA、形象设计、心理咨询为一体的专业纯女子高档会所。俱乐部位于深圳市红岭中路荔园酒店三楼，占地3300平方米。

作为深圳市最大、最高档的专业女子会所，皇家女子俱乐部根据功能分别设有10个主题区域，为会员提供更具有个性化、人性化的贴心服务。会所内实行会员制VIP服务，五星级的服务让您体会到更具特色的完美享受。皇家女子俱乐部时刻关注都市女性的健康生活品质，紧随国际时尚潮流，提升生活品位，享受都市生活新时尚。尊贵、典雅、贵族般的享受，让您与皇家共享健康生活新体验。

夏日里的新口味 果汁先生新推木瓜苹果汁

香港屈臣氏集团旗下的高浓度冷冻果汁的领导者果汁先生，又添新成员——木瓜苹果汁。一种由木瓜汁与苹果汁混合的饮品。浓度高达60%以上，保质期30天，色彩鲜艳，充满时尚气息。果汁中更含有丰富的维生素A、维生素C和矿物质、B胡萝卜素，可以帮助消化，降低胆固醇，还能够美白肌肤，是一年四季的果汁饮品。这在国内果汁市场尚属首见，为竞争激烈的果汁市场开辟了新的领地，也进一步满足了消费者的个性需求。



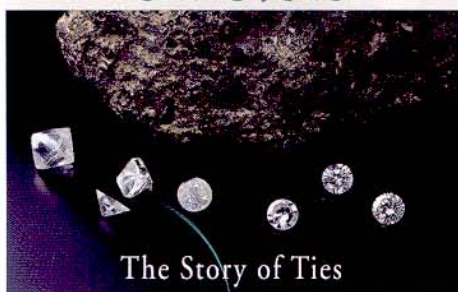
领风时尚 百变魅惑 ——索尼数码影像

2004年5月18日下午，索尼（中国）有限公司2004春夏新品发布会在上海万豪虹桥大酒店隆重举行，索尼公司在本次会上一举推出20余款数码相机、摄像机及记忆棒新品，以Cyber-shot时尚秀、Handycam剧场新品秀等内容让大家充分领略了索尼数码影像本季时尚主张及其独特魅力。选择领先，选择时尚——选择索尼。



裕福珠宝 连结的传说

裕福珠宝 连结的传说



裕福珠宝与日本QD公司合作，推出Ties系列结婚对戒。两枚钻石是由同一颗原石切工而成。钻石自从15世纪以前，就作为爱的证明，赠送给女性。因此成为地球上最美的宝石。它的形成，据说最早的也是12亿年前，老的是45亿年前结晶形成的。与地球的诞生一起，经过漫长的岁月，成为绚烂的钻石。然后每一颗原石切成两枚钻石，经过打磨，放出了光彩。这就是地球上独一无二的结婚对戒。

CHEVIGNON亚洲首间全新概念店揭幕

法国品牌CHEVIGNON以Transmogrification的主题概念，今季进驻香港，位于时代广场的CHEVIGNON专门店是亚洲第一间全新装饰的概念店。从店铺外貌、品牌标志以至即将推出的全新系列，都环绕着令人眼前一亮的“变”的概念。将店铺重新包装，重新阐释Streetwear的摩登感觉。并正式宣告CHEVIGNON踏进新纪元。



清新伊倍爽 校园音乐潮

由丝宝集团伊倍爽品牌主办的“我有我音乐”校园音乐大赛已在北京、武汉、西安三大城市开展。该校联赛现场还邀请伊倍爽品牌代言人，金马影后李小璐出席为选手助威。伊倍爽“我有我音乐”校园音乐大赛主旨是为校园原创音乐新生代打造一个展现音乐才华的舞台。为广大校园女生奉献一台别具风格的音乐视听盛典，通过音乐将伊倍爽的清新绿色带到每个女生身边。

最美的MM请抓住本年度最后的机会



全国的MM们注意。你们期待已久的七月份终于到了！七月除了可以和新碧防晒乳液一起享受阳光灿烂的暑假。还要提醒你“曼秀雷敦瑞丽第2届封面女孩大赛”召集已经进入紧张的倒计时阶段。七月十五日就截止报名了。想在大赛中脱颖而出，想呵护娇嫩的肌肤，新碧防晒系列为你提供全面的防晒保护。让你在阳光下选择不同的新碧。配合使用乐碧止汗膏体系和曼秀雷敦洁面护肤产品，时刻保持健康自然的个人形象，你就可以自信满满地向Cover Girl目标进军了。和曼秀雷敦一起实现青春星梦。成为瑞丽签约模特，赢取曼秀雷敦特别为你而设的五大奖项，机会就在眼前，赶快行动吧！

时尚小灵通，夏新A02



A02小灵通是夏新为28岁以下的时尚青年量身定制的，无论是外观还是功能都可圈可点。夏新A02采用天线内置的独特设计，外观轻盈小巧。造型流畅简洁，按键布局错落有致，蓝色背光灯和深邃幽蓝的键盘背光相映成辉。A02有红牡丹、白玫瑰、君子兰、黑骑士四种时尚颜色可选择。张扬迥异的个性，满足了年轻一族追求个性生活的需要。

飞利浦HP6409防敏感2合1美容脱毛/剃毛器

飞利浦HP6409防敏感2合1美容脱毛/剃毛器（即配有脱毛刀头及剃毛刀头各一个）特有“防敏感保护盖”。配有按摩软齿，可大大减低脱毛时可引起的敏感反应。特别是腋下和大腿根部。这款产品是飞利浦的全新产品，而且价格合理。“防敏感保护盖”设计特别适合肌肤较容易敏感的女士，脱毛感觉舒适，完美。刀头方便女士们可根据自己的皮肤状态及不同的部位而选择脱毛或剃毛方式。



中国服装批发迈入新时代 沙东有利国际服装批发城开业



2004年5月12日，沙东有利国际服装批发城隆重开业。开业典礼上，“沙东有利国际服装设计研发中心”宣告落户沙东有利国际服装批发城。沙东有利国际服装批发城的升级改造，意味着中国服装批发品牌的积极提升自身，并大量拓展国际客户，服务于国际服装流通。从而推动大众时尚。这标志着中国服装批发新时代的到来。

金帝巧克力 ONLY FOR YOUR LOVED ONES

金帝“金装精选”礼盒巧克力，是金帝公司所有喜欢巧克力的人们奉上的又一款精美礼品。它以全新的产品设计理念，珍藏8种花形巧克力的各色美味，配以金色凹凸花形外观设计，呈现含蓄的高贵，深沉的典雅。以每一个细节的修饰，每一缕巧克力的浓香，散发爱的味道。这个浓情季节，为所有你爱的和爱你的人送上一份真诚爱语，在巧克力的渐次浓中，体味“爱”的真谛。



酷夏，玉兔送COOL爽！ ——仙踪林冰爽“怡”夏优惠券登场

仙踪林从七月开始推出玉兔送冰爽“怡”夏优惠券活动。优惠券主推各种新口味的冰果系列、健糖绿茶系列、冰咖啡系列饮品及各式爽口的中式套餐/面，让你享受夏日的清凉外，还能为你节省更多的费用，赶快来体验现代的桃花源吧。

1. 优惠券获得办法：只须到北京9家仙踪林店任意消费即可获得一张冰爽“怡”夏优惠券。

2. 优惠券有效期：2004/7/8—2004/9/7。此优惠券限北京仙踪林店使用。



5月读者调查问卷中奖名单

莱茵面膜

夏煜华
110105801116186
张丽萍
620102198502011165
王艳捷
210105198310015324
张玲
450204810318102
张迎芳
412801820814084
赵洁
320582791023852
李毅
33028219840114002X
樊睿
510106198308044449

110102790928332
管蕾
320202198705192028
朱静
620103811009354
刘薇
2224038307118020

金帝巧克力

曲佳
120102820909564
赵洁
130102198004040661
尹丽娜
231005198104115526
王禹琳
310106198505044045
孙婷
310106750311282
吴佳蕾
330402198208080925
王金金
131002800620422
李小环
440507198502162043

小凡娃娃

贾潇女
230103781130002
郑甜甜
351002198611103129
钱虹
310107810812214
杨云帆
210202198205160024
杨佳
430105790629102

佳雪冰点防晒霜

季李
320202791113052
郭晓澄
360403821212002
姜南
110105800707862
林丹敏
440582198204055186
崔爽
110108810704972
栗琪琳
430722198603130027
张慧
340503800919032
杜静
500108198310105125
马蕴南
53213119830111002X

FREEMAN青瓜人参面膜

崔晓霞
210112771111030
马亚楠
130202198405200326
金理
320504198711193755
王珊珊
610112830418052
许明昊
110102198410050423
贾颖
110224198412251628
后洁
110107800207062
李肃
110105198408220023
徐杨
110106810808396
王晨燕
330126197607231321

曼秀雷敦新碧

朱乃岚
310105800502326
赵媛媛
610113810508002
黄兰
530111198111114428
赵悦
110101830514402
陆里舟
410102197705067018
张晓夏
440105198400023
李玲玲
110221198503220625
黄灿
370402198006300122
张琼
420802198312180049
杨楠
230102198303006

旁氏嫩白精华露

张丽萍
320104198709280823
侯景岩
132401780519574
蔡芳
320219830509402
李苗
450404198410150042
靳颖
210902198103160523
张晶
110102820817192
高馨

瑞丽

读者服务部

订阅送礼篇

瑞丽读者服务部咨询热线: 010-65129277
瑞丽杂志订阅及查询热线: 010-85111729
瑞丽读者服务部电子邮件: rayliclub@rayli.net.cn
瑞丽读者服务部对本页面内容及活动有最终解释权

订阅《瑞丽》, 获赠夏日美女随身必备宝典!

瑞丽版夏季健康美人

=流行搭配+健康白皙的肤色+曲线优美的体态

迷情夏日, 贪恋阳光、仰慕美丽的你还等什么? 快快穿上T恤、热裤, 背上行囊, 到野外远足去! 闭上眼睛, 呼吸……呼吸都市里感受不到的那份清新, 让阳光与美丽和谐曼舞……

从2004年6月1日到8月31日, 瑞丽读者服务部将每月送出100份订阅大礼, 只要订阅《瑞丽》系列杂志中任意一本满一年, 即有机会获得夏季健康美人礼品一份, 有防晒护肤小礼盒, 有漂亮时尚的背包, 还有今夏的时尚太阳镜……足以让你真正成为瑞丽版标准美人。

机会有限, 美丽无限, 快与瑞丽一起, 尽情享受夏日阳光里的温度吧! 注意查收你的礼品哟!

最新动态:

《瑞丽》系列杂志订阅全国巡展活动即将开展, 为了更好地回报瑞丽读者, 为他们提供更多的增值服务, 同时将相关行业的信息有效传播, 特向全国各大城市招募巡展合作伙伴。凡有合作意向者请致电: 010-85119842 010-85119848, 联系人: 周小姐、关小姐

- ①派丽蒙太阳镜 180元
 - ②佳雪冰点防晒 50元
 - ③羽西晒后修复乳液 85元
 - ④GIORDANO迷彩包 250元
 - ⑤FREEMAN 蓝莓洗面奶 70元
 - ⑥李宁运动背包 98元
- (奖品以实物为准)



时尚绽放 精彩时代

位于西单时代广场的LCX时尚时代百货, 是集潮流服饰、娱乐休闲及国际美食为一体的时尚购物热点, 独特的店铺设计与特色品牌结合, 宽敞开放的购物环境, 给你自在购物新体验。

时尚购物全攻略

除了有首次进驻北京的GAP、BANANA REPUBLIC、OLD NAVY等著名休闲品牌, 还有备受白领女性及时尚追逐者青睐的CK Jeans、Liu Jo、b+ab、COZZI、ESPRIT、izzue等多个时尚国际品牌, 本地盛名时装, 最流行的服饰都能在这里找到, 2层Club X百分百原创服饰均出自香港个性设计师之手, 限量提供, 尽显独特魅力。

星巴克提供浓香的咖啡, 不见不散餐吧最适合浪漫的约会, 还有大家都爱吃的吉野家牛肉饭, 面爱面日式骨汤面, 正一味韩国石锅拌饭, 赛百味金枪鱼三明治, DQ美味冰淇淋, 让你疯狂购物后, 享受无限美食乐趣。

娱乐休闲全攻略

地下一层国际化影城让你抢先欣赏强档新片, 地下二层时时在线的电脑让你免费在网上尽情冲浪, 至酷的DJ, 动感的音乐在二层Club X店内让你的个性无限释放, 有兴趣还可以和帅帅DJ讨教几招打碟高招。

尽享购物乐趣, LCX7月订阅送礼!

凡2004年7月1日至31日期间订阅瑞丽系列杂志中任意一本满一年的北京地区读者, 即有机会获得由首都时代广场LCX时尚时代百货提供的价值100元的购物券及时代影城电影票一张, 100份礼品数量有限, 想体验SHOPPING乐趣的你千万不要错过!



银卡会员信息

瑞丽读者服务部在2004年5月已把第五批银卡寄出, 凡在2004年2月1日到5月14日期间订阅瑞丽杂志一年的读者都会收到, 请注意查收。请大家一定要记得填写我们的回执表并反馈给我们, 邮寄、传真或者在网上填写 <http://bbs.rayli.com.cn/rayliclub/index.htm> 都可以。同时, 随卡寄给北京和天津地区的会员一张星巴克咖啡的优惠券, 快去享受美味吧!

今年的5月~9月, 星巴克咖啡将在北京和天津地区所有店内推出以“欢乐夏日, 激情夏日”为主题的系列夏季促销活动。活动期间, 星巴克不仅带来了广受顾客欢迎的精品——冰摇双份浓缩咖啡和咖啡吉利星冰乐, 同时还会推出冰饮新品: 草莓奶油星冰乐和Cafe Citron。一批清凉夏季主题的新食品如咖啡豆等商品也将在此期间陆续上市。此外, 今夏星巴克咖啡还准备了消费抽奖、摄影比赛、音乐表演、顾客互动等精彩活动。



1 凭此券可在北京和天津地区的星巴克咖啡店享受买一送一的优惠。

VICHY薇姿NORMADERM油脂调护系列上市新闻发布会



VICHY薇姿NORMADERM油脂调护系列产品的独特功效在于其含有一种神奇成分：三效调护因子ZINCADONE A是由乙醇酸、GLYCADONE和DERMOSTIM构成。可以清除堆积在皮肤表面的死皮，疏通堵塞的毛孔，防止细菌的激增，逐步净化肤色，调理皮肤的新陈代谢过程，重建细胞角质层，逐步建立完美的肌肤。

Green Tea 绿茶赋予身心至高无形的喜悦

伊莉莎白·雅顿绿茶系列散发的清新活力是无与伦比的，它充分鼓励身体，唤醒感官，激活精神，为身心带来全面的升华。对肌肤而言，夏季是最严酷的挑战之一，怎么保养才能避免当个“干妹妹”影响自己的整体美呢？就是这样——把身体当脸来照顾，怎么呵护脸部就怎么呵护身体！定期为它去除老废角质并补充优质的水分与养分，若再添加些触动感官的香氛，身心将在酷热的夏季全面升华！



It's Maybelline New York! 激情派对

摩天翘超长卷翘睫毛膏的配方展示了美宝莲最新的睫毛膏科技，它塑造的完美睫毛妆效将目前美宝莲作为睫毛膏艺术专家的身份又提升了一步。全新推出的恒久炫亮唇膏，让双唇轻易捕捉到转瞬即逝的彩色与光线，真正绽放独一無二的炫亮光彩！

Sifone 盈润亮彩系列 亮彩心情 自信表情

新上市的诗芬盈润亮彩系列，运用了酸性护理原理，让营养成分与光彩成分能一直渗透至发丝深处，并牢牢被锁定。特别蕴涵的光彩成分能填满头发表皮的空隙，同时在头发表面形成一种光膜，内外控制光源，秀发就能像刚做完护理一样的鲜亮。洗发后若能配合使用盈润亮彩润发素，那么滋养亮彩的效果将会更持久动人。惹眼的夏装，亮彩的秀发，做个全身上下都光彩照人的初夏美人，让你的自信随着漂亮的头发尽情挥舞吧！



雅芳新活无痕精华

雅芳新活无痕精华中所含特殊成分是从石榴汁、小麦蛋白、酵母等天然成分中提取出的新活重生因子，与雅芳公司独家专利成分——微导微元素相结合，能深入肌肤真皮层，作用于细胞核内的DNA，刺激肌肤细胞生成胶原蛋白，弹力蛋白和黏多糖，使肌肤犹如注射胶原蛋白，从内而外地抚平细纹，让肌肤迅速恢复年轻紧致。



果色生鲜唇！ 随时随地，果色添香

全新的“魅力炫彩果晶唇冰”，蕴涵巴黎欧莱雅独创的晶亮科技(Crystal Shine Technology)。这一惊人科技全新发现的珍贵水晶成分——晶亮微粒，令光线向各个方向完全反射，营造3D立体超亮效果，让唇色更均匀、更透明。另外，全新的“魅力炫彩果晶唇冰”内含蜂蜡和柔和的粉末，瞬间深度滋润双唇，丰润舒适，质地轻盈不黏腻。

晶莹、性感、闪烁！ 迪奥之吻



今夏DiorKiss带来前所未有的创新配方，这款滋味甜美的超亮唇彩让你所有的感官沉浸在欢愉中：双眸享受着它的灿烂光芒，味蕾激动在它可口的滋味中，鼻子沐浴在它宜人的芬芳里，柔软顺滑的质感令你爱不释手。闪亮的效果来自于创新科技的独特配方，富含奇妙的丰盈复合物Wonder Complex，有着令双唇丰盈饱满的成分，而软化滋养的成分能够帮助双唇保持柔软娇嫩。

SK-II全面进军美国市场 引爆全美“晶莹剔透”旋风

2004年5月，SK-II将酒红色旋风吹到美国大陆，开业仅5周时间，SK-II就在纽约著名奢侈商店Saks Fifth Avenue的高档护肤品销售中排名第六。1998年，SK-II正式进入中国内地市场。在上海设立首个专柜。至今，SK-II在全国已拥有近60个专柜，超过10万名忠实消费者，并一直在高档护肤品牌的销售中名列前茅。



妮维雅防晒喷雾SPF20 清新水润IN！炎炎烈日OUT！



肌肤护理专家妮维雅全新推出的防晒喷雾，妮维雅防晒喷雾SPF20，采用欧洲最先进的护肤防晒科技，防止肌肤晒黑或老化；多种保湿成分，清爽保湿不油腻；特有喷雾装置，专利全方位360度喷头技术，方便使用，喷涂均匀，容易吸收。灵巧新颖的造型，便于随身带，随时防晒随时水润。好心情IN！日晒感觉OUT！

BEAUTY NEWS 4 OF THE NEWS

真正的美丽从今天开始 全新Za 真皙美白系列新上市



快乐的女人更美丽！全新Za真皙美白系列为你带来同肌肤一样纯净、美丽的心情。真正的美丽来源于女人尽情绽放出自内心的笑颜。更了解你的需要，全新Za真皙美白系列用心呵护您的肌肤。迅速、有效，让你远离肌肤问题烦恼。True White有效成分能直接作用于色斑、粉刺形成的根源。如此简单、轻松，让你每天都能感受到肌肤改善的喜悦。拥有真正的美丽从今天开始。

曼秀雷敦温和洁面泡沫

曼秀雷敦温和洁面泡沫系列，采用了日本最新的泡沫洁面配方，只要轻轻一按瓶口，即可喷出大量细致柔滑的温和泡沫，而泡沫的质地更能快速洗净肌肤，渗透至肌肤底层，比其他的洁面产品更能有效地调节皮脂分泌，提升细胞含水量与防御能力。宛如飘在夏天的雪花般温和的感觉，来自于曼秀雷敦细心体贴的照料。不一样的雪白泡沫，不一样的自然享受，凉爽洁白的夏季，就从每天的清晨开始。



Twins 与colour zone 共跳青春舞

香港人气超旺的乐坛组合巨星Twins于2003年11月成为国内彩妆知名品牌“colour zone色彩地带”的形象代言人，携手colour zone共跳青春时尚舞，将撰写彩妆界的一段佳话！“colour zone色彩地带”——以产品色彩丰富，质量一流，服务一流而闻名国内外。产品囊括了眼影、唇彩、粉底、指甲油及护肤系列等，并不断推陈出新。“colour zone”不单只是装饰你的脸，更想提倡的是一种生活态度——时尚、美丽、创新。



瑞丽

读者服务部

瑞丽服饰美容
Presents
for you

1

金帝巧克力， 浓郁可可香



夏日的好心情，要有金帝果仁巧克力蛋的缤纷美味相伴。100%纯天然的可可脂，给你一贯的纯正瑞士风味。每一刻都让你享受惬意好心情。一粒入口，是巧克力的醇香浓郁，也是果仁的香脆甜美。纯正浓郁的可可

味，是金帝巧克力的独有特色。100%纯天然的可可脂，不含植物油，金帝巧克力，每一丝浓香都源自纯正的欧洲工艺，透着醇厚经典的欧陆风味。

2

全新Freeman鳄梨面膜 ——更多维生素、水果呵护

全新的Freeman鳄梨面膜中的鳄梨成分含有大量水分和维生素A、维生素C、维生素E及维生素B群，维生素E和微量元素能补充肌肤营养，滋润干燥肌肤。燕麦蛋白成分含有大量维生素B₁、维生素B₂、维生素B₆、维生素E等，还有丰富的钙、磷、铁、锌等矿物质及微量元素，维生素A和维生素E是天然的抗氧化剂，能有效抵抗自由基对肌肤的侵蚀和伤害，使肌肤保持年轻状态，绿色海底泥含有钾、钙、锌等17种矿物质和微量元素，含有的矿物质能深层软化肌肤角质，消炎抗菌。



4

曼秀雷敦泡沫洁面乳

富含维生素E和芦荟精华的曼秀雷敦泡沫洁面乳，能促进皮肤新陈代谢，令肌肤保持细致幼滑，拥有非一般的弹性，同时还具有保湿及美白的功效，清洁的同时，皮肤就能焕发出彩，除了拥有彻底深层的清洁感以外，更能体会到曼秀雷敦2004年最温和滋润的呵护。

拥有曼秀雷敦泡沫洁面乳，洁肤不再是一道机械化的美容工序，变成你所期待的愉快享受。水般洁净，清爽宜人。任何肤质都可以拥有。



3

面丽丝深层洗脸巾

美容专家认为：深层洁肤是美容的前提。“面丽丝”独特的高科技超细纤维直径只有3.9微米！远小于成年人的面部肌肤毛孔，柔软细腻，不伤肌肤，能温柔深入毛孔清除积垢，消除粉刺、皮屑、油脂混合物等毛孔异物，用安全物理的方式让你的肌肤享受方便有效的深层洁净护理！



5

纯天然、安全有效 ——999减肥胶囊

2002年以多位中医药保健专家领衔的深圳三九研究院，整合三九全球研发资源，在美、日、中三国科学家的鼎力相助下，耗时五年历经艰辛研创出高效、安全，适合亚洲人体质的减肥新品——999减肥胶囊。三九全球研发证明：999减肥胶囊独有“减脂修身，化脂养肤法”是医学界首次通过分解脂肪滋养皮肤，实现真正意义上的减肥。



咨询电话：020-87385075 38846853

*欲得到本页礼品，请填写读者调查表

新书推荐

免费得瑞丽，就这么简单！

你想免费得瑞丽全年杂志吗？你想让你的朋友也同样拥有这个难得的好机会吗？中国轻工业出版社在第一次向广大读者展开免费得瑞丽杂志的抽奖活动中，受到了广大新老读者的热烈欢迎和支持，为了满足更多读者的需求，我社决定推出全系列美食、保健、水晶手链和休闲服饰等商品，作为第二期“免费得瑞丽，就这么简单！”的活动。只要你以我们所推出的优惠价购买其中任何的图书或水晶手链，你就可以自动参加瑞丽四种杂志（《瑞丽服饰美容》、《瑞丽家居设计》、《瑞丽可爱先锋》、《瑞丽伊人风尚》）任何一种杂志的2005年全年免费得瑞丽抽奖活动。如果你把这个好消息转告你的朋友，并使其参与此活动，说不定你朋友也会获得机会！由于图书和水晶手链数量有限，请欲购从速。此活动截止日期为2004年8月31日（以当地汇款时间为准）。获得免费得瑞丽者的名单，我们将在2004年9月15日公布于中国轻工业出版社网站。以下是这次活动中部分书目，更多精美图书和详细资讯在www.chlip.com.cn 等待你来浏览和购买。



▲定价13.50元/本，活动期优惠价11.00元/本的《易食无忧》系列菜谱是轻工业出版社最新推出的最具特色的美食图书。书中菜谱符合大众生活，简单易学，会让你做出最美味佳肴。

24开，全彩，铜版纸印刷。
R02B1001《易食无忧——美味·西餐》，R02B1002《易食无忧——港粤·煲汤》，R02B1003《易食无忧——温润·沙锅》，R02B1004《易食无忧——喜欢·沙锅》，R02B1005《易食无忧——欢喜·家宴》，R02B1006《易食无忧——美味·台菜》，R02B1007《易食无忧——诱人·西点》，R02B1008《易食无忧——拿手·好菜》，R02B1009《易食无忧——营养·山药》，R02B1010《易食无忧——香浓·意面》，R02B1011《易食无忧——香脆·西饼》，R02B1012《易食无忧——吮指·蛋糕》

邮购须知

一 邮购特别说明

1. 请注意：每份订单加收五元邮挂投递费，汇款时将图书款和邮挂投递费一同汇到我部，订单额超过100元，免邮费。
2. 大客户联系电话：010-65129020
3. 详情请致电：010-65241695 85111729；传真：010-85111730或登录http://www.chlip.com.cn
4. 我社轻工之友书店地址：北京市东长安街6号东配楼一层（北京饭店对面），传真：010-65128352，联系电话：010-85119901

二 邮购汇款

1. 收款人地址：北京市东长安街6号轻工业出版社发行部
2. 收款人姓名：读者服务部收
3. 邮编：100740
4. 请务必用正楷，准确填写汇款人详细地址、姓名、邮编和联系电话，确保您能及时收到图书。
5. 汇款人附言栏内请写清您所购图书的书名、定价、册数（如需发票请注明）。由于附言栏字数有限制，请将所购图书的书名、定价、册数及其他要求与汇款收据一并传真至010-85111730

三 银行汇款

1. 开户行：工商银行北京东长安街支行
2. 账号：020005341901441793
3. 开户行名称：轻工业出版社发行部
4. 请汇款后将汇款凭单复印件、收件人名称、地址、邮编、订购图书的书名、联系电话一并传真至010-85111730

四 网上支付

请登录www.chlip.com.cn 根据网上程序进行支付。或登录http://www.chlip.com.cn

a.v.v

北京君太百货三层
010-66169083

AZONA

北京国贸商城地下一层
010-65055416

azona a02

北京君太百货三层
010-66169083

BABALA

北京国贸商城地下一层
010-65055416

北京首都时代广场LCX一层

BANANA REPUBLIC

北京首都时代广场LCX一层
010-83913442

Carol

北京庄胜崇光百货三层

CELINE

北京国贸商城一层
010-65054147

COCOLULU

北京西单文化广场B3
010-66024618
广州市中山三路33号中华广场3楼3403铺

ClubX

北京首都时代广场LCX二层
010-83913311

DiSNEP

北京市西城区西单文化广场-1B米奇专卖
上海香港名店街米奇专卖

广州流行前线米奇专卖-B1

E-MAIL

北京太平洋百货盈科店二层

E.J.S

北京东方广场地下一层
010-85186296

ELLE

北京君太百货三层
010-66169083

EPISODE

北京东方新天地一层
010-85186604

ESPRIT

北京首都时代广场LCX一层
010-83913686

上海南京西路1168号中信泰富商场
021-52984763

Etam

北京东方新天地一层AA17
010-85186026

ev

北京东方新天地一层
010-85186132

every one

北京君太百货一层

FAP

北京东方新天地国贸晨曦店地下一层

Farina'z (费莲娜·郑)

北京首都时代广场LCX二层
010-83914052

FED

北京君太百货一层
010-66161967

上海太平洋徐汇店

太平洋淮海店

太平洋站前店

梅陇镇伊势丹店

Fifi Zass

北京君太百货三层

Folli Follie

北京庄胜崇光百货二层
010-63109115

上海梅陇镇广场二层

重庆太平洋百货大都会店

杭州延安路530号浙江银泰百货二层

GIVH SHYH

北京太平洋百货三层

010-65393888

HARSON

北京太平洋百货盈科店一层

Italina

北京庄胜崇光百货三层

JASONWOOD

北京东方新天地地下一层

010-85781054

Jessica

北京东方新天地一层

010-85186604

上海巴黎春天百货

广州中天广场

JOYLAND

北京东方新天地地下一层

Kiss Cat

北京太平洋百货盈科店一层

KOOKAI

北京东方新天地一层AA22

010-85182933

上海南京西路1038号梅陇镇伊势丹二层

021-3210062

广州环市东路369号友谊商店二层

020-83575236

KuHLE

北京东方新天地地下一层

010-85186190

MissK

北京丰联广场三层

010-65881819

上海淮海路太平洋店三层

021-53064425

MK KLEIN

北京君太百货二层

010-83914079

MORGAN

北京东方新天地一层

010-67162372

上海思南路1号旗舰店

NAF NAF

北京国贸商城地下一层WB128

010-65059380

上海虹桥友谊商城3楼梅陇镇广场201

ofuon

北京君太百货二层

010-66122613

ONLY

北京国贸商城B座地下一层NB128A

010-65059352

上海中信泰富广场南京西路1168号

杭州延安路530号浙江银泰百货

全国各大城市商场有售

Oxette

北京东方新天地一层

010-85186142

天津百盛购物中心一层

022-85586688

PAECIS

北京君太百货一层

PLAYBOY

北京太平洋百货盈科店一层

R-Geny

北京太平洋百货盈科店二层

RIZ

北京君太百货一层

010-66161967

SOLENE THECITY

北京西单北大街180号西单文化广场

77号B3层

010-66039482

SWATCH

北京首都时代广场LCX一层

上海太平洋百货徐汇店衡山路932号

TB2

北京丰联广场2层

010-65889117

上海梅陇镇伊势丹二层

021-62187473

THEME

北京东方新天地地下一层

010-85186705

广州市天河路208号天河广场首层1103室

上海市淮海中路918号百盛购物中心三层

TOM TAILOR

北京东方新天地地下一层

010-85186258

TOKIO MESSAGE

北京丰联广场2层

010-65889177

Veeko

北京君太百货二层

010-66122879

上海第一百货

021-63721797

广州百货

020-83382391

VERO MODA

北京国贸商城地下一层晨曦百货

010-65059221

ZARIAH

北京首都时代广场LCX二层

010-83913433

上海百盛购物中心四层

021-64675714

安莉芳

北京百盛购物中心二层

上海淮海中路755号

021-64455393

广州百货二楼

020-83323426

安之秀

北京西单文化广场B107A室

艾美

北京国贸商城地下一层

010-65059280

北京赛特购物中心二层

010-85110785

大连友谊商城

艾尚

北京君太百货一层

北京东方广场一层

上海巴黎春天

无锡新世界百货

广州天河吉之岛

北京莱百新世纪商场

北京市莱百新世纪商场

010-83520088

北京攻略

北京西单北大街华威大厦六、七层

010-66025126

布瓜

北京秀水2号410室(国际俱乐部西侧)

010-89143799

伯奴捷思

北京君太百货三层

北京太平洋百货盈科店三层

碧芝

北京国贸商城地下一层NB110

010-65056899

翠贝卡

北京国贸商城地下一层

010-65056072

范怡文

北京国贸商城地下一层S8119

010-65051712

上海梅陇镇徐记太平洋

赛柯

北京丰联广场二层

010-65887959

尤金

北京七十七街地下三层10号、12号铺

010-65813783

夏之恋



北京君太百货六层

热浪

北京中友百货地下一层

浩沙

北京中友百货地下一层

耐克

北京东方新天地一层运动100

010-85186754

洲克

北京中友百货地下一层

热风

北京丰联广场2层

010-65888779

上海市瑞金一路106号

021-54030543

深圳福田区振兴路65号

0755-83210731

日坛商务楼1001室

北京朝阳区光华路甲15号

日坛商务楼2007室

北京朝阳区光华路甲15号

日坛商务楼3010室

北京朝阳区光华路甲15号

星期六 (ST&SAT)

北京君太百货一层

上海衡山路932号太平洋百货徐汇店

深圳东门路2046号B1楼茂业百货

康莉

北京君太百货一层

海佛兰

北京太平洋百货盈科店二层

蓝海豚

北京首都时代百货LCX二层

施华洛世奇 (SWAROVSKI)

北京东方广场一层SS55B&57B

010-85186790

上海中环广场121单元

021-63916660

大连友谊商城一层

0411-2807116

沈阳新世界百货商场

024-23876261

星空

北京东方广场地下一层

田崎真珠

北京百盛购物中心一层

BIGGIE BEST

北京市建材经贸大厦1-21

010-85271319

完美莲花外贸精品服饰店

北京市国际公寓4号楼地下一层法宝超市

010-65002060

(注: 价格以柜台为准)

Happy Time

真正的FASHION中人喜欢流行又甜蜜、引人注目却不张扬的时尚单品。

对贪恋美丽的女孩来说，这个七月，
能体验夏日气息的高跟凉鞋当然是最重要的血拼对象哦。

造型/中村利惠 摄影/瀧瀬徹

蓝色凉鞋的 透明生活主张



▲ 漂亮的土耳其石蓝色高跟凉鞋，系带上的蓝色透明小球让夏天心情HAPPY到底。

恋鞋癖的女孩会说“美丽源自脚部”，稍微有点夸张。不过鞋的选择对于完成整体搭配而言具有不可忽视的作用。这款土耳其石蓝色凉鞋一眼看上去款式极其简单，但整个鞋跟是全透明的，系带部分还带有两颗糖果般的透明小球，会随着脚步轻轻摆动，让人想起夏天的海

浪、花香和柔软的风。鞋跟较高，能够让脚踝处看起来更纤细。选择了它，你就同时拥有了时尚势力和美丽的腿部线条。关键是，穿上这样的鞋，心情会变得很HAPPY，用它来搭配黑色紧身衫和卷边牛仔裤等夏季时髦服装，走在七月的街头，纷纷坠落的是男孩的眼神。



MOTOROLA

智慧演绎 无处不在

MOTO 年华



彩信V501

古典偶像:简约造型,优雅气质
金牌美术:真彩内屏,曼妙写真
摄影大师:30万像素还原真实
技术高手:无线蓝牙,四频漫游
音乐鬼才:MP3/MIDI铃音,动听动心

欲了解更多,请访问www.motorola.com.cn/V501

铃声

铃声



支持蓝牙
耳机及无线车震金钢



内置MP3铃声
刘若英、范晓萱、公羊等流行



三款预置游戏
《七龙珠》《大富翁》

摩托罗拉(中国)电子有限公司 市场部 市场部 市场部

LANCÔME

PARIS

在夏日花园中沉醉……

2004兰蔻夏季美丽盛典



国内统一刊号 CN11-4597/G0