

<<女人是原石>>

图书基本信息

书名：<<女人是原石>>

13位ISBN编号：9787514305685

10位ISBN编号：7514305688

出版时间：2012-7

出版时间：现代出版社

作者：大田垣晴子

页数：147

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<女人是原石>>

内容概要

每个女人都是未被开发的原石，当其被精雕细琢、打磨抛光后，就变成了光彩夺目的宝石。

在本书中，作者大田垣晴子用清新稚趣的笔锋描绘了自己如何从一个普普通通的女人，由内而外地变为美女的过程。

《女人是原石》由黄鑫译。

此书在日本受广大白领女性的热烈追捧。

作者用其亲身经历，介绍了从医疗美容、化妆技艺、美体修形、健康运动、营养美食、高雅才艺、优雅举止、特色培训等方面，全面打造优质美女的方法。

<<女人是原石>>

作者简介

大田垣晴子日本一线绘本作者，最受欢迎的女性生活杂志《CREA》专栏作家。

以独树一帜的“ Howto绘本 ” 流行于日本大众中。

代表作品有《一个人住的日子》《东京放轻松》、《男欢女爱湿乐园》、《咕~的声音》、《每日反省记》等。

大田垣晴子的作品内容根植于其对流行生活的广泛接触与深入研究，题材涉及现代女性生活的各个层面。

晴子以绘本的形式，将女人的吃饭、穿衣、独居、工作……之道，配合幽默逗趣的旁白娓娓道来。

每个主题开动前，她必先花大力气做足功课，保证呈献给读者的作品极具娱乐性和实用性。

<<女人是原石>>

书籍目录

Step 1 打造美丽容颜

检查美丽的肌肤

美丽肌肤的“传道士”

基础化妆术

变身眼镜美女

遮瑕让你散发光彩

性感大变身！

去拍艺术照

求助皮肤科，拥有美丽肌肤

体温LP=美丽LP

微笑让人快乐

发量少，真烦恼

药妆店展览会

不可忽视的“满意度”排行榜

我的脸，一直在变

世界小姐

女性杂志的发展历程

Special 《CREA》“美”的特辑是这样完成的

Step 2 塑造完美体态

强力瑜伽

调整身形

调整型内衣

摇摆体操

喝中药，从内部调理

薰香疗法

韩式蒸气房

做个健康美女

跑起来！美起来！

呼啦圈转出苗条身材

每天一升水

睡眠养颜

海豚治疗法

用加压法获得理想的体形

度过前更年期

一起去检查乳房吧

去皇宫放松心情

婚前检查

Special 童颜魔法 大田垣是娃娃脸

Step 3 掌握各种技艺

蔬菜调配师

插花艺术

和服衬托优雅气质

品酒的艺术

闻香的艺术

成为令人羡慕的芭蕾舞者

<<女人是原石>>

练一手好字

点一杯鸡尾酒

找到合适的帽子

拥有美丽的声音

优雅的车技

一起装饰房间吧

Special 旅居加贺屋

Step 4 培养优雅举止

社交学校

艺妓之美

怎样包出时尚的包袱皮

跟空姐学礼仪

餐桌礼仪

变身清洁美女

豪华游轮

Special 三天两夜的台湾恋爱占h之旅

Step 5 学习恋爱技巧

30岁的恋爱美学

在联谊会上胜出的技巧

参加相亲派对

变身美丽的新娘

辨别好男人的容貌

Special 决定结婚后，就该准备婚礼了

后序

<<女人是原石>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>