

<<美肌生活>>

图书基本信息

书名：<<美肌生活>>

13位ISBN编号：9787508614670

10位ISBN编号：7508614674

出版时间：2009-4

出版时间：中信出版社

作者：佐伯千津

页数：153

译者：袁淼

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>

<<美肌生活>>

前言

总是有女性朋友对我说：“我想变得再漂亮一点！

”“有没有好方法让我看起来更美丽？

”“该怎么挑选化妆品呢，我真不知该如何是好……”。

跟她们交流后，我发现，她们的苦恼大多来自长期存在的肌肤问题，每天卸妆不彻底，以及化妆品使用不当。

大多数女性朋友都不知道该如何鉴定自己的肌肤、如何选择化妆品、以及如何处理问题肌肤。

于是，她们依赖于大量的杂志和网络信息来护理自己的肌肤，这样做针对性较差，也达不到理想的效果。

所以，我就策划了这本可以当做“生产美丽的流水线”的小书。

在这本书里，没有美容理论，也没有我的经验谈，完全让图片来说话。

全书以一幅幅精美的彩色图片将佐伯式肌肤护理的理念精华展现给大家。

书中介绍了护理工具的选择、基础护理、彩妆、问题肌肤护理等几乎所有与美容相关的内容。

这本小书能满足您每天的基础护肤和彩妆打理的全部需要。

此外，书中还介绍了身体美容法及不同年龄段女性选择化妆品的方法。

这是一本具体而颇有操作件的小书。

按照书中方法连续护理3个月，您一定能感受到明显的变化。

到目前为止，我已经在日本各地展开了多场美容演讲，为大家演示了“卸妆”、“化妆水面膜”、“化妆棉”等操作方法，每次演讲都收到了很好的效果。

最让我高兴的是，好多朋友都表示：“每次到现场聆听讲演，观看演示，都是只见树木不见森林，真希望看到全套的佐伯式肌肤护理呢！

”“电视上也有介绍佐伯老师的方法，但总是不过瘾、不全面。

要是生活里能得到佐伯老师的时时提醒就好了。

”基于以上朋友们的希望，我终于完成了这本小书，我自己也感到特别高兴！

这本书就仿佛是您的一位闺中密友，从洗脸到上妆，每一个步骤都通过图片清清楚楚地演示出来。

打开书，放在您的化妆台前，跟着她一步步地走进佐伯式“美肌生活”。

新的季节开始了，对于即将到来的美好生活，您的身心都感到兴奋和雀跃吧！

对我们女性朋友来说，在这个美好的季节里，如果肌肤能变得更漂亮，相当于将快乐放大了三倍！

那么就从今天开始，开启您的“美肌生活”吧！

<<美肌生活>>

内容概要

大多数女性朋友都不知道该如何鉴定自己的肌肤、如何选择化妆品、以及如何处理问题肌肤。于是，她们依赖于大量的杂志和网络信息来护理自己的肌肤，这样做针对较差，也达不到理想的效果。

书中介绍了护理工具的选择、基础护理、彩妆、问题肌肤护理等几乎所有与美容相关的内容。

这本小书能满足您每天的基础护肤和彩妆打理的全部需要。

此外，书中还介绍了身体美容法及不同年龄段女性选择化妆品的方法。

这是一本具体而颇有操作性的小书。

按照书中方法连续护理3个月，您一定能感受到明显的变化。

点击免费阅读更多章节：美肌生活

<<美肌生活>>

作者简介

佐伯千津，生于1943年。
做过Office lady，在经历美容学校和美容院的学习工作后，1967年进入法国娇兰化妆品公司。
之后赴美，1988年就任克里斯汀·迪奥的国际培训经理。
因为经常对美容部职员进行指导，每年都要接触2000多位女性的肌肤，为她们消除肌肤问题。
2003年6月从克里斯

<<美肌生活>>

书籍目录

佐伯式护理必备工具 1 身边的美容秘密武器 2 美肌的基础化妆品肌肤诊断 1 正确地认识你的脸 2 肤质检查 3 从肌肤状况入手, 给你的肌肤分类肌肤护理之前的预备课 1 肌肤的构造和化妆品 2 早上“防护”, 夜里“医疗” 3 用指尖检测肌肤的基础技法 4 淋巴按摩佐伯式肌肤养护的十项基本功佐伯式肌肤护理 1 重点部位卸妆篇 2 面部卸妆篇 3 洗脸- 4 热护理和冷护理 5 化妆水面膜 6 将精华液涂满整张脸 7 眼部、唇部精华液 8 乳液或者乳霜佐伯式肌肤护理·化妆篇 1 基础化妆 2 蜜粉 3 腮红 4 眉毛 5 眼影和眼线 6 睫毛膏 7 唇膏问题肌肤护理 1 斑点 2 下垂 3 皱纹 4 控油 5 青春痘和痤疮身体护理 1 手、肘部、腕部、脚跟的护理 2 每天早上的3分钟早操根据不同年龄段选择化妆品 1 10~20多岁女孩的化妆品选择 2 30多岁女人的化妆品选择 3 40多岁女人的化妆品选择 4 50岁以上女人的化妆品选择

<<美肌生活>>

章节摘录

插图：

<<美肌生活>>

编辑推荐

《美肌生活:真人演示版》由佐伯千津编著。
日本销量突破55万册！
日本的美容大师 佐伯千津年过60还保持完美肌肤！
按摩3天，肌肤立刻“闪”起来！
护肤、按摩、化妆，一册全囊括！
步骤清晰，打开书就可以照做！
佐伯老师教你将平价护肤品，用出高档护肤品的效果。

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>