

# 服裝色彩搭配

## 要有變化！



色彩在日常生活中占很重要的地位，我們的精神、情緒都會受到影響，進而產生不同的心理感受。色彩在服裝上所占的地位也是一樣，它可以使你看起來活潑，也可以使你看起來沒有精神，可以使你看起來胖些、瘦些或年輕或老些。所以服裝的顏色及配件的選擇與調配，若能使用合宜，將可收到意想不到的效果。

**色彩搭配不要俗氣：**一般人對色彩的調配，總是墨守成規的，總以為同色系統的搭配是最調和，其實不然，只要你對色彩運用得當，當不會有俗氣的感覺。

**色彩三原色紅黃藍：**色彩是由最基本的三原色——紅、黃、藍演變成12色環（如左圖）由此可分析出色彩的三屬性：

(一)色相：即各種色素的區別。如綠、黃、紅、藍色等。色彩在基本上分無彩色（黑、白及各種深、淺不同的灰色）和有彩色（無彩色以外的顏色）二種，無彩色是沒有

色相的。

(二)明度：即顏色的明暗程度。如無彩色中最淺、最亮的顏色是白色，黑色是最暗的，又如有彩色中的紅色，其含黑色成分較多者則明度低，含白色多成分者，明度則高，其他顏色照以推論。

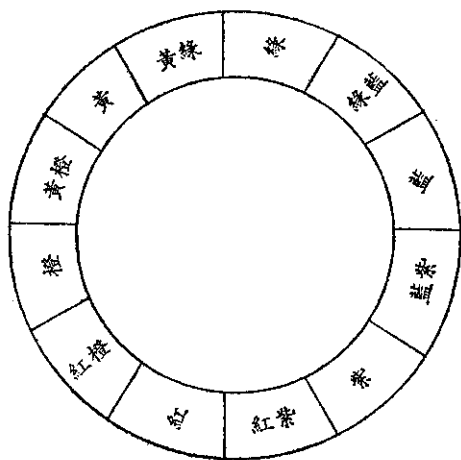
(三)彩度：即色彩的鮮艷或暗濁程度。彩度最低時，不論那種色相都和灰色接近，所以彩度的高、低，是以純色或灰色為兩端，如紅色未含灰色成分者，彩度最高，含灰色成分越多，則彩度越低。

**色彩給人不同的感覺：**色彩除了三種屬性外，也會在我們生活中形成各種不同的感覺，如紅、橙、黃屬暖色系統，令人有溫暖、興奮的感覺。藍、綠色則屬寒色系統，令人有清涼、沉靜的感覺。例如有兩間臥室，一間的佈置屬橙色系統，另一間屬藍色系統，相信所給人的感覺是不一样的。又同樣大小的面積，顏色若不同，也讓人有大小不同的感覺，如暖色及明度高的顏色有膨脹感，寒色及明度低的顏色有收縮感。因此一般來說，體型胖者宜採用收縮色，但肥胖者若性情開朗，偶爾穿明度高的也無妨，反而可襯托出爽朗的個性。

**衣服顏色配合的原則：**衣服顏色的配合，很難有明確的分界線及標準，怎樣的顏色配合才是美呢？個人的見解各有不同，且由於各個人的差異，顏色的搭配也未能統一，如同樣一件暗綠色洋裝，王小姐穿起來越顯得漂亮，但張小姐却顯得黑瘦，這是為什麼呢？因王小姐皮膚較白，深綠色更襯托出優點，張小姐人瘦，皮膚又黑，應當在明度及彩度的配合上慎重選擇，避免採用濁色。茲將衣服顏色配合的原則說明如下：

(一)無彩色和有彩色的配合：可產生很大的對比調和美，更強調有彩色的漂亮。如一件白色上衣，配上紅色裙子，使人有活潑、美麗的感覺。又如淺灰色上衣配上藍色裙子有穩重沉靜的感覺。若認為無彩色上衣太單調，則可加蝴蝶結或鍍花邊，荷葉邊等變化，使你的服裝更出色。

(二)對比色的配合：指色環上彼



此相對的兩種顏色的調配。如紅與綠、黃與紫，其對比色的配合，比較適合年輕活潑的少女穿着，但須慎重選擇，否則會產生反效果。

(三)寒色，暖色的配合：暖色與暖色的配合如黃、橙色屬青春活潑的配色，而寒色和寒色配合，有沉着穩重感，沒有明顯差異，因此可在明度、彩度上求變化。又色環上鄰近色的配合，也會顯得調和，如黃綠或黃橙的配合，但須注意避免兩色的明度、彩度太接近。

(四)花布料的配合：如你有一塊花布料要製作洋裝，你又覺得太花、太複雜，該如何來設計呢？首先你可由此布料花色中選一種認為滿

意又調和的顏色，做鑲邊的顏色，則這花布的色彩必為這鑲邊的顏色而減少太花的感覺。

(五)分割顏色的配合：例如此塊布料和你的膚色不配合，你可在設計上求變化，如領子以淡色和白色搭配，使人在膚色和服裝顏色因分割顏色的配合而有協調的感覺。又如上衣及裙子顏色不太調和，可以繫一條無彩色皮帶，以分割此二種顏色的搭配。

(六)配合膚色來配色：膚色屬黃色的人，可選用暖色系統，同時選在明度彩度上有差別的服裝，以獲得統一效果。又皮膚較白者，則宜用強烈的顏色（紅、黑、綠）以強

調出優點，若配以淡雅顏色也是很合適的。

(七)隨季節來配色：配色隨四季的變化而異，如春天宜採用輕鬆、活潑的明色，夏天宜用清淡怡人的顏色如寒色，秋天選用暗淡些的顏色會顯得穩重，冬天不妨以暖色或沉靜，低彩度的顏色為主。

總之，服裝配色並沒有一定準則，只要你有勇氣嘗試各色服裝，將會發現那些顏色適合你，那些不適合。上述配色原則只是一種基本概念，聰明的你，可依此做參考，再配合你的膚色、體型、個性以及場合、季節等穿着，更能強調出個人獨特的個性，舉止與風度。



## 農家食譜

### 番茄糖醋肉

材料：瘦肉半斤、蛋 2 個、醋適量，番茄醬半碗、竹筍、紅蘿蔔、太白粉、麵粉適量（糖適量）

做法：(1)瘦肉切 5 公分長、加醬油醃一下。

(2)雞蛋、清粉、麵粉，調成糊狀。

(3)將(1)沾(2)下油鍋，炸成金黃色。

(4)竹筍、紅蘿蔔燙熟加上蒜頭末、番茄醬、醋，煮開，澆於炸好的肉上。

### 冷拌雞絲

材料：雞脯半斤、冬粉 1 兩，小黃瓜 1 條、紅蘿蔔 1 條、蒜頭、

薑少許。

做法：(1)將雞脯洗淨，放鍋中蒸熟，取出去骨拆肉、撕成小小細絲。

(2)小黃瓜、紅蘿蔔、切小細絲，用塩醃 3—4 分然後用水洗淨。

(3)冬粉泡軟切成一寸長。

(4)蒜頭打扁，薑洗淨切絲。

(5)拌和全部即成。

### 龍鬚蝦球

材料：蝦仁 3 兩、肥肉 4 兩、荸薺 3 兩、冬粉 6 兩、麵粉適量、雞蛋 2 個、塩、糖少許、炸油 3 斤。

做法：(1)荸薺、肥肉及蝦仁分別洗淨，斬成泥，然後將荸薺出水加入調味品、塩、糖一起拌和。

(2)冬粉剪成八分長。

(3)蝦泥擠成一個胡桃大小的圓

子，先沾麵粉再沾蛋液，然後沾冬粉。

(4)燒開炸油，炸熟既成。

### 粉蒸肉

材料：山藥 1 1/2 斤，五花肉 1 斤，蒸肉粉 2 包，五香醋 2 湯匙，醬油 4 湯匙，糖 1 湯匙，酒 1 湯匙塩 1/2 茶匙。

做法：(1)山藥去皮波淨切滾刀塊，油炸至金黃色撈起待用。

(2)肉切成大長片，加醬油、塩、五香醋、糖、酒蒸肉粉拌勻浸泡 10 分鐘。

(3)沒好的肉片舖於碗底，上置炸好的山藥塊蒸 30 分鐘即可倒扣於盤上。（風箏）