



No.1



No.3



No.4



No.2



No.5

## 夏季怎样穿得时尚又舒心?

俗话说,有钱难买老来俏,时尚从来都没有年龄的界限。炎炎夏日里,老年人怎样才能穿得时尚又舒心?上周,记者专程邀请鄞州区中河街道金馨社区的王慧琴女士,来到银泰百货中老年时装馆试穿了几件衣服,并请专业人士支招如何扮靓花样老年。

记者 孙美星/文 记者 王增芳/摄

### 老年夏装都是松松垮垮? 搭配、设计得当也能起到收腰效果

今年中老年女装流行怎样的元素?上周,记者跟随银泰百货东门店女装部经理赵刘飞一起,在眼花缭乱的老年新款中寻求答案。

“说起中老年服装很容易想到深色、大花或是松松垮垮的外形,一般来说,人上了年纪体型会发福,且穿紧身的衣服不利健康,现在的中老年女装品牌都考虑到了这一点,通过设计或搭配遮盖老人身材的缺陷。”赵刘飞向记者推荐了三条短袖连衣裙,一条裙子腰中间有一横向裁剪的裙腰,仔细对

比腰部和上下的宽度,裙子腰部一点不收紧,老年人穿上不紧绷,穿脱也不费力,但裙子穿在身上却能在视觉上起到收腰的效果;另一条连衣裙,在腰部两侧有两块不同面料的拼接竖条,视觉上也能起到收腰的效果;还有一条连衣裙从背后看几乎是直筒的,上下一样宽松,但裙子前面从肩部到腰部有弧形水波纹的雪纺装饰,一方面可以掩盖凸起的肚子,优雅的弧度还能吸引人们的视线,达到收腰的效果。

“很多老年人觉得自己

发胖就不敢穿贴身的衣服,其实太松垮的衣服反而让整个人的体型看上去臃肿,选择一些腰部有细节的贴身裙子,可以起到修身效果,如果实在不敢单穿贴身的裙子,在裙子外面搭配一件有定型肩的开衫外套也是不错的选择。”赵刘飞介绍,老年人穿裙子的长度最好平膝盖附近,裙子过短或过长都不好;搭配开衫的连衣裙可以是无袖的,如果是短袖连衣裙袖口要到上臂2/3段,一方面可以掩盖粗手臂,也能在空调间里起到保暖效果。

### 时尚点评

- No.1** 这种连衣裙和小外套的搭配方式很能凸显腰身,端庄大气,是时尚大妈们的标准搭配之一呢。
- No.2** 这条连衣裙的前面有弧形的雪纺装饰,一来可以遮住肚子修饰身材,二来设计感很强,给人优雅视觉感受。
- No.3** 紫色是今年的流行色,内里的深紫搭配外套的浅紫色,内外呼应,前胸的大花装饰可以给气质加分哦。
- No.4** 这条连衣裙的腰部两侧用了不同的面料拼接起来,有很好的收腰效果。
- No.5** 高腰设计可以让人有上短下长的感觉,显得人比较高挑,而且腰部设计并不紧绷,不会牺牲舒适度。

### 怎样穿得更精神? 小亮片点缀, 颜色选择要大胆



老年人需要通过得体的服装找到自信,也能唤起良好的精神状态。

“从今年的夏装流行趋势看,中老年服装品牌的风格与年轻人的时装越来越接近,颜色更大胆,设计更简洁,更注重小细节是一个趋势,很多服装模糊了以往的概念。”

跟着赵刘飞走进几个中老年女装品牌专柜会发现,明黄、亮紫、宝蓝等亮丽的色彩越来越多地运用在夏装上,其中紫色是今年的流行色,各种深浅不一的紫色能适合不同肤色的中老年人。

“今年一些小珠饰、小亮片也是流行元素,像肩部、腰部的小面积亮片或珠片,作为点缀可以提亮服装,还能转移视线,让老年人显得更精神。”赵刘飞建议,身材发福的老年人应避免穿荷叶领、灯笼袖、喇叭袖和大翻领等元素的衣服,这样会使身材显得更肥大,背部微驼,双肩又前倾下溜的人,应穿有垫肩的衣服,垫肩在前后多垫一些,同时后片也要加大,把衣服前胸塑造得丰满挺括些;身材矮小的老人选择服装以上下一色为宜,这样能显得修长,或上浅下深,鞋袜也最好同一颜色。

赵刘飞介绍,老年人皮肤干燥容易瘙痒,夏天应选择吸汗能力强、透气性好的面料,以便体热的散发、传导,如丝绸就不易与湿皮肤紧贴,易于散热,做夏装最合适;纯棉等天然面料,对皮肤的刺激也比较小。

### 怎样选凉席有利健康

炎炎夏日,一款舒适的凉席能陪伴老人安然度夏,如今市场上的凉席五花八门,老年人究竟怎样才能挑选到称心如意的凉席呢?

记者走访市场了解到,如今市场上的凉席品种主要有竹席、草席、亚麻席几大类,在一些商场里还有整张的牛皮席。“竹席比较凉,藤席和草席比较温和,更适合老年人。”华润万家超市工作人员介绍,藤席和草席价格相对大众,而且比较温和、柔软,好的草席还有天然清香,很受老人喜爱,不过草席不耐用,用过一季后,席面容易变黄破损。

“竹凉席是所有凉席中最凉爽的材质,比较受青年人的喜爱,但是如果是在空调的环境中睡竹凉席太凉,对老年人和儿童都不适合,如果老年人不喜欢草席,还可以用亚麻凉席。”据介绍,亚麻席比较柔软,缺点是不容易定形,不过手感柔软容易打理,可以手洗和机洗。

记者 孙美星

### 老年人宜选用哪些化妆品

老年人皮肤松弛、有皱纹,皮下脂肪减少甚至消失,汗腺及皮脂腺萎缩,皮肤干燥、变硬变薄、防御功能下降,因此,老年人宜选用营养成分较高的化妆品,方可延缓皮肤老化,保持肌肤活力。常见的有以下几类:

1、含人参成分的化妆品。人参含有多种维生素、激素和酶,能促进蛋白质合成和毛细血管血液循环,起到滋润和调理皮肤的作用。

2、含黄芪成分的化妆品。黄芪含有多种氨基酸,能促进皮肤的新陈代谢,增进血液循环,提高皮肤抗病力,使皮肤细嫩、美白。

3、含蜂乳的化妆品。蜂乳含尼克酸和蛋白质,能防止皮肤变粗。另外,蜂乳还含有蛋白质、糖、脂类及多种人体需要的生物活性物质,从而滋润皮肤。

4、含珍珠粉的化妆品。珍珠粉中含24种微量元素及角蛋白肽等多种成分,能参与人体酶的代谢,起到护肤养颜作用。

5、含维生素的化妆品。维生素A防止皮肤干燥,维生素C使皮肤白净,维生素E舒展皱纹,能延缓皮肤衰老。综合

### 选购厨房陶瓷用品七注意

①选购微波炉用瓷具,应避免有金属装饰的产品,如带有金边、银边或用金属丝镶嵌图案的产品。

②用洗碗机洗涤的产品宜选用边缘较厚带圆弧状加强边的产品,因为这类产品在洗涤过程中不易损坏。

③盛装酸性食物的器皿,应尽量选用表面装饰图案较少的产品。

④选购时应注意图案颜色是否光亮,若不光亮,可能是烤花时温度未达到要求,此类产品的铅、镉溶出量往往较高。

⑤特别注意那些用手即可擦去图案的产品,这种产品往往铅、镉溶出量极高。

⑥对不放心的产品,可用食醋浸泡几小时,若发现颜色有明显变化应弃之不用。

⑦对标明用于装饰的产品,不能用于盛装食物。综合