

# 《生活圖鑑》

## 图书基本信息

书名：《生活圖鑑》

13位ISBN编号：9789866731532

10位ISBN编号：9866731537

出版时间：2010/04/29

出版社：遠足文化事業股份有限公司

作者：越智登代子,平野惠理子

页数：384

译者：張傑雄

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

你曾經「離家出走」嗎？留下一張「不要來找我」的紙條，然後躲在桌子底下，或者是在家附近的公園遊蕩……這種可愛的離家出走經驗，每個人一定都曾經體驗過吧。不過，即使你對「離家出走」沒有興趣，等到你逐漸長大成人，離開家裡獨立生活的日子最終也會到來。自己煮飯、打掃、洗衣服，然後注意自己的健康狀況，舒適地過生活。這些都是一個成人理所當然要做的事。不過，這些理所當然的事，其實需要具備各種知識與不斷地練習。然而這些事學校很少教，也沒考過試。因此，當我們在不知不覺之中長大，真的要「離家」的時候，便會感到不知所措。舉例來說，你回到了家，平常都會等你回家，對你說聲「回來啦！」的家人，如果不在的話，你該怎麼辦？或許你會覺得很幸運，因為沒人在你耳邊囉唆「作業寫了沒？！」「你要看電視看到什麼時候！」。不過，讓你傷腦筋的事一定很快就會發生。就像下一頁提到的例子一樣。在日常生活裡頭，有很多不可或缺的事物。當然，有些事你自己一個人無法完成，但至少先從自己做得到的事全部你自己來，不要老是麻煩別人如何？一點一滴慢慢進步就好。一邊向家人請教，一邊增加自己能獨立完成的事吧。這是為了讓你能懷抱自信，迎接「獨立自主」的日子來臨。本書是讓你邁向獨立自主的生活良伴。

推薦序 1 注重細節，可以讓生活更有美感，也可以讓事情更成功。做家事的時候，多花一點點心思在細節上，就會使平淡的例行公事，變成一種個人風格的呈現，以及自我能量的延伸。就像我們每天在鏡子前面精心打扮一樣，是非常好玩的！這是一本注重細節的生活好書，它會陪你輕鬆的鍛鍊出做家务的功力，而且越做越有趣喔！家事女巫 / 林素芬

推薦序 2 「做家务」聽起來似乎很簡單，實際操作起來卻又是那麼的需要些技巧，雖然已經有許多的家事書籍出版，但要學習到更基本的家事生活概念，就得收集好幾本的工具書。《生活圖鑑》透過簡易清晰的圖解與文字，把生活中的食衣住等大大小小的基本概念，都整理的非常清楚，只要把生活中的細節都掌握了，人人都可以是生活大師！家事訓練專家 / 陳安祺



## 作者簡介

### 越智登代子

1952年初生於北海道的札幌。曾做過PR雜誌和育兒雜誌的編輯。目前關注老年人問題，教育、育兒問題以及與此相關的家庭和女性問題，並多有著述。著作有畫冊《母親小的時候》（福音館書店）、《餵，你吃過飯了嗎？（阿斯克講談社）、《現在的問題是男子的老齡化》（共著，日本評論社）、《老來一笑》（共著，婦女生活社）等。



## 精彩短评

- 1、很可爱也很实用的一本书
- 2、原来这一路独自生活是如此凄惨，大学应该开家政课。
- 3、超級實用，覆蓋的範圍非常廣

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)