



出门

少求人

——随身手册

海洋出版社

人求少

——随身手册

海洋出版社出版

(京)新登字 087 号

出门少求人

——随身手册

德旗、智仁等编

海洋出版社出版

(北京市复兴门外大街 1 号)

新华书店北京发行所发行

铁指印刷厂印刷

开本:64 印张:6 字数:180 千字

1991 年 11 月第一版

1991 年 11 月第一次印刷

印数 1—16000

*

ISBN₇-5027-1964-4/Z·342

定价 3.60 元

前 言

为了使因公外出和在国内外旅游的朋友能迅速查找所需的常用知识，我们编写了《出门少求人》一书。

因篇幅所限，本书仅就铁路交通、海空客运、旅游区域、邮政知识、求医、自救、保健、食物药用、食品选购、涉外政策、社交礼仪、旅行安全等一般常识

作简明的介绍。

相信本书能成为您外出活动的伴
侣,方便、袖珍的“问事处”。

编 者

目 录

旅游篇.....	(1)
----------	-----

怎样选择旅游地点.....	(1)
---------------	-----

怎样选择和确定旅游季节.....	(2)
------------------	-----

全国主要游览胜地有哪些.....	(2)
------------------	-----

名胜奇观知多少.....	(3)
--------------	-----

全国游览区简介.....	(5)
--------------	-----

旅游时应携带哪些物品	(93)
------------------	------

旅游时应准备哪些药品	(93)
------------------	------

怎样预订宾馆客房	(94)
----------------	------

辨别方向小常识	(96)
---------------	------

观柳识天气	(97)
-------------	------

从昆虫和动物的异常表现

- 预测天气变化 (98)
- 出国旅行应具备哪些证件..... (100)
- 国外旅行个人安全..... (104)

铁路及航空港篇..... (107)

- 怎样办理签票和补票手续..... (107)
- 怎样使用火车卧铺票..... (109)
- 乘坐火车时怎样寄信..... (111)
- 乘坐火车越站了怎么办..... (112)
- 乘火车时携带物品的范围..... (113)
- 列车知识..... (115)
- 火车票分哪几种..... (117)
- 什么人可买半价票..... (117)
- 北京站开出列车时刻表..... (119)

怎样购买飞机票…………… (122)

怎样预订座位和订购飞机票 ………
…………… (123)

邮政篇…………… (127)

怎样办理邮政活期储蓄“异地存取”
…………… (127)

如何保管好储蓄存折及存单 ………
…………… (130)

怎样打长途电话最快…………… (131)

电话上的“*”、“#”键怎么用……………
…………… (132)

国际信函信封的写法…………… (133)

常用电话号码.....	(136)
全国城市统一服务电话号码	(138)
怎样打国际直拨电话(简称 IDD) ...	(139)
部分国家和地区直拨电话区号表 ...	(140)
全国邮政编码、电话区号表 ...	(141)
涉外篇	(177)
中国公民因私出国怎样办理手续 ...	(177)
申请去香港、澳门定居应具备 什么条件.....	(178)
申请去香港、澳门定居的需提 交的证明.....	(180)

申请去香港、澳门探亲应具备	
什么条件·····	(181)
申请去香港、澳门探亲、会亲	
须提并的证明如下：·····	(182)
中国公民同外国人结婚怎样办手续	
·····	(183)
怎样携带金银物品进出国境 ·····	
·····	(187)

社交篇····· (191)

名片的内容及如何使用·····	(191)
社交礼仪的基本·····	(193)
国际交往中的礼仪·····	(196)
出门客套话种种·····	(202)
在国外的日常生活礼仪·····	(203)

席上礼仪·····	(206)
送花的学问·····	(209)
接电话的方式·····	(211)
道歉的艺术·····	(212)
聊天的艺术·····	(214)
求医篇 ·····	(217)
门诊的介绍·····	(217)
怎样看一般门诊·····	(218)
怎样看急诊·····	(219)
自救篇 ·····	(222)
旅游卫生·····	(222)
怎样消除晕车、晕船·····	(225)
爱打磕睡怎么办·····	(226)

旅途急救六戒·····	(227)
请注意旅游性腹泻·····	(229)
蚊叮虫咬止痒法·····	(230)
几种紧急情况的临时急救·····	(231)
几种常用药介绍·····	(234)
药品的保存·····	(248)
 保健篇 ·····	 (249)
 快速入睡法·····	 (249)
五种消除疲劳的有效方法·····	(251)
季节与进补·····	(252)
进补注意事项·····	(260)
 食物药用篇 ·····	 (262)
 葱的药用·····	 (262)

大蒜的药用·····	(264)
生姜的药用·····	(265)
辣椒的药用·····	(267)
芹菜的药用·····	(268)
甘蓝的药用·····	(269)
菠菜的药用·····	(269)
马铃薯的药用·····	(270)
萝卜的药用·····	(271)
芋菜的药用·····	(272)
赤豆的药用·····	(273)
绿豆的药用·····	(274)
玉米的药用·····	(275)
冬瓜的药用·····	(276)
南瓜的药用·····	(277)
西瓜的药用·····	(277)
香蕉的药用·····	(288)
苹果的药用·····	(279)

梨的药用·····	(279)
桔子的药用·····	(280)
食品选购篇 ·····	(282)
肉类的选购·····	(282)
家禽选购·····	(287)
蛋品选购·····	(290)
鱼类的选购·····	(293)
罐头食品的选购·····	(296)
常识篇 ·····	(297)
出车前不宜看电视·····	(297)
怎样鉴别真假美钞·····	(297)
奸商耍秤有哪些花招·····	(298)
怎样识别不合格的杆秤·····	(300)

货币点滴.....	(301)
各国货币名称.....	(302)
醒酒十法.....	(304)
饮啤酒的知识.....	(305)
泡茶的知识.....	(306)
与人相处要诀.....	(308)
记事.....	(310)
通讯录.....	(349)

旅游篇

怎样选择旅游地点

有的人喜欢高山,有的人喜欢大海,有的人向往名胜,有的人迷恋古迹。所以,在选择旅游地点时,应首先考虑您的兴趣与爱好。

兴致在于观山的,可游五岳。那里层峦叠嶂,苍松翠柏、流泉飞瀑、气象万千,有着迷人的风姿。

兴致在于观海的,可去大连、青岛、北戴河、厦门。在那里,您可以领略到大海那一望无际的宽广胸怀。

爱好古迹的,可把 6 大古都作为您理想的旅游去处。

怎样选择和确定旅游季节

如果您在夏日旅游,到避暑山庄、青岛、庐山;您若是去广州、昆明等地则以冬、春两季为最佳季节;如果您去哈尔滨,则要在冬天才能观赏到冰雕的晶莹世界;如果您想看看香山红叶那一片火红的景象,则要在秋天霜降后为佳,南京的栖霞山、苏州的子平山。另外,桂林山水、西湖风光、雁荡奇景,在春季前往均会使您心旷神怡。

全国主要游览胜地有哪些

六大古都:北京、南京、西安、洛阳、开封、杭州。