



邓承静 主编

蓝天出版社

家庭百科实用手册

巧理家务 1000 法



家庭百科实用手册

巧理家务1000法

邓承静 主 编

蓝天出版社

家庭百科实用手册
巧理家务1000法

邓承静 主编

*

蓝天出版社出版
(北京复兴路14号)

(邮政编码: 1008A3)

登记证号: (京) 126号

新华书店北京发行所发行

河北蔚县印刷厂印刷

787×1092毫米32开本12.375 印张268千字

1990年11月第1版 1990年11月第1次印刷

印数: 1-12000

ISBN 7-80081-132-8/Z·32

定价: 4.50元

前 言

朋友，请您不要为繁忙的家务而苦恼。本书帮您解答了象怎样持家理财、怎样缩短家务劳动时间、怎样使家务劳动简单化、怎样安排家庭智力投资和日常生活、怎样合理消费、怎样储蓄得利多、怎样穿着打扮、怎样选购鉴别商品、怎样使用维修家用电器、怎样巧妙烹调、怎样浆洗缝补以及城乡家庭怎样提高和增加收入等人们普遍关心的近1000个问题。广大读者一看就懂，一学就会，包您在片刻之间就能学会一两种料理家务的方法和手艺，省时、省力、省钱。一书在手，全家幸福欢乐。

参加本书编写工作的有吴明芳、刘发茂、李有光、陈昌萍、章新君等同志。编写过程中，参考了有关报纸、刊物和图书资料，在此深表谢意。不当之处，敬请读者批评、指正。

编 者

目 录

一、怎样持家理财

怎样使家务劳动社会化	1
怎样使家务劳动简单化	2
家庭生活中的时间立体化安排	3
运用“价值工程”处理家务	4
家务劳动的“动作分析”	6
怎样缩短家务劳动时间	7
家务劳动怎样分工好	8
家务劳动的时间运筹要考 虑哪些方面的关系	9
怎样使家务劳动“标准化”	10
现代家庭物品管理的ABC	11
简易家庭劳作六十三法	12
家庭劳动中的心理调节	18
怎样安排家庭智力投资	19
怎样安排家庭生活	21
怎样安排家宴	22
怎样待客	24
请客陪客勿失礼	26
当丈夫情绪低落的时候	27
夫妻避免争吵十法	28
夫妻间说话要讲点艺术	28

陪你的妻子到商场走走	29
怎样使丈夫热爱家庭	30
如何聘请家庭律师	30
怎样继承海外遗产	31
怎样分割遗产	32
如何分割家庭共有财产	33
夫妻离婚时怎样分割财产 及分担债务	34
怎样进行财产保险	35
家庭财产保险中保险公司 负有哪些赔偿责任	36
投保家庭财产保险的被保 人有哪些义务	37
被保家庭财产发生灾害损 失时保险公司如何赔偿 处理	37
保险公司在什么情况下承 担赔偿家庭财产损失	38
怎样进行人身保险	38
怎样申报出生登记	39
要具备什么条件才能另立 户口	39
如何办理户口迁移登记	40
家庭最佳消费法	41

家庭生活怎样才能勤俭节 约	42	怎样对孩子许诺	66
怎样“精于算计巧理财”	43	借助家务劳动教育孩子	66
怎样编制家庭预算	44	鼓励孩子的竞争心理	68
如何处理用钱问题上的分 歧	48	培养孩子的自学能力	69
怎样处理好家庭消费与储 蓄的关系	49	巧借机会教育孩子	69
独生子女费的最佳存款方 案	50	如何发现孩子的特殊才能	70
家庭支出“备忘录”	51	怎样教孩子自己管理自己	71
怎样处理新家庭面临的经 济问题	51	如何对待孩子的过失行为	72
家庭生活开支怎样记帐	52	孩子初次犯错误家长怎么 办	73
怎样才能攒下钱	53	训斥孩子的最佳方法	74
怎样储蓄得利多	54	正确对待孩子的志向选择	75
家庭承包经营怎样记帐	57	帮助孩子学习十二法	77
怎样保管好存折	57	启发幼儿天赋七宜	78
个体户怎样在银行开户、 贷款	57	三、怎样美化庭院居室	
城市家庭增加收入的途径	58	怎样布置庭院	79
农村家庭提高收入水平的 途径	60	怎样布置阳台	80
二、怎样教育子女		居室布置要诀	82
怎样进行胎教	62	居室美化七法	82
怎样教孩子早说话	63	怎样布置客厅	83
如何给孩子选择玩具	64	如何布置厨房	84
怎样发展幼儿的记忆力	64	小家庭需要哪些炊具	85
使孩子聪明的经验	65	如何布置卫生间	86
		怎样布置老年人的居室	87
		怎样选购组合家具	88
		如何选择茶几	89
		怎样选择地毯	90
		怎样选择屏风	91
		怎样陈设书桌	92

居室内怎样挂画	92	怎样使身体丰满些	111
窗帘如何配制	94	怎样获得健美的体态	111
方便窗帘挂钩	94	减肥诀窍	112
怎样打窗帘褶	95	怎样防止眼部出现皱纹	112
如何挑选摆放工艺品	95	肉皮可减少皱纹	113
茶具、文具、烟具怎样摆设	96	美容化妆六步法	113
如何用花卉点缀居室	97	化妆程序十二道	114
家庭装饰中的绘画布置	98	发型选择五原则	115
怎样充分利用屋角	98	怎样简易美容	115
狭小房间巧变大	99	皮肤保健五法	116
怎样贴壁纸	100	男性十八美	116
如何粘贴塑料贴面	100	女性姿态优美八宜	118
怎样保养合成革面家具	101	科学使用粉底霜	119
茶色玻璃家具使用保养	101	怎样使用香水	120
如何保养电镀家具	102	利用头发美化容貌的方法	121
怎样保养贴面家具	102	发型怎样才能持久	122
家具复光法	103	怎样消除脸上的皱纹	122
四、怎样穿着打扮		保护未来孩子的营养库一	
穿着打扮秘诀	104	乳房	124
男性怎样穿西装	104	怀孕期间如何美容	124
女性怎样穿西装	105	如何落妆	126
如何打扮孩子	106	五、怎样巧妙烹调	
穿西装与衬衫、领带的颜色搭配	107	最佳做饭程序	128
领带与西装怎样相配	107	厨房劳动九宜	130
怎样打领带	108	烹调要领八则	131
怎样使用领带卡	109	怎样备西餐	132
穿衣“增高”十二法	109	怎样吃西餐	132
		家庭制作春卷的简便方法	134
		怎样制作清凉饮料	135

怎样蒸出暄松好吃的馒头	136	怎样保持绿叶蔬菜烹制后	
蒸馒头加碱多了怎样补救	137	碧绿鲜嫩	151
怎样煎荷包蛋才能熟而不		炒糖色的技巧	152
焦	138	剩余菜肴如何巧加工尽其	
怎样腌鸡蛋	138	用	152
怎样加工松花蛋	139	面条汤巧用	155
用鸡蛋做松花蛋的方法	140	馒头再加工的几种方法	155
洗香菇除砂法	141	隔夜点心的加热法	156
怎样用手挤虾仁	141	吃胡萝卜的科学	156
怎样发海参	141	切肉的学问	157
巧剥整皮蛋	142	如何除掉鱼虾的腥臭味	157
怎样煮咖啡	143	除羊肉膻味七法	158
怎样煮元宵	143	炸过鱼虾的油怎样才能除	
怎样防止鱼煎时脱皮	143	去腥味	159
怎样防止鸡蛋羹蒸老	144	六、怎样购选、鉴别商品	
怎样炒菜不巴锅	145	怎样合理组织家庭购买	160
甲鱼腥味消除法	145	怎样掌握商品最佳购买时	
巧洗螃蟹法	146	机	162
炖肉、熬骨头汤用水诀窍	146	购物利用“黄金分割点”	163
怎样淘米才合理	147	怎样选择礼品	164
快速发面法	148	怎样选购合身的衣服	166
烧肉的窍门	148	怎样按号型选购服装	166
巧煮老鸡肉	148	怎样选购西服	167
怎样使老牛肉较快煮烂	149	怎样鉴选中山服	169
鸡、鸭快速退毛法	149	怎样鉴选皮装	171
快速去除带鱼鱼鳞	149	怎样选购旅游服	172
怎样解冻使冻品鲜味不减	149	怎样挑选风衣	173
猪肚的巧洗和快速煮熟法	150	怎样挑选丝绸服装	174
怎样使饺子味道更鲜	151	怎样选择睡衣	175

怎样选购羊毛衫	175
怎样选购连衣裙	176
怎样选购新裤	177
怎样选购旗袍	177
怎样选择牛仔装	178
怎样选购女裙	178
怎样选购领带	179
怎样选择乳罩	180
选购毛线“三看一捏”	181
怎样选购童鞋	181
老年人的服装选择	182
女性怎样根据体型来选择 合适的服装	183
老年人怎样选择衣料	184
如何选购套装家具	185
怎样鉴定金属床头	186
怎样鉴定席梦思床屉	187
怎样鉴定席梦思床垫	188
鉴别黄金制品的要领	189
怎样鉴定珐琅品	190
怎样鉴定玛瑙	191
怎样鉴定钻石	192
怎样鉴定珍珠	193
怎样鉴定玉器	194
如何区别白金和白银	195
鉴别啤酒优劣四法	196
怎样识别有毒塑料袋	196
怎样鉴别奶粉是否变质	197
辨别麻油真伪的方法	198

七、怎样收藏、保鲜物品

怎样收藏衣物	199
怎样收藏毛皮、皮革类制 品	200
怎样收藏皮、棉、毛料衣 物	200
怎样收藏丝棉袄	201
怎样保养皮大衣	202
怎样保养真丝绣衣	202
樟脑丸最佳放置位置	202
巧晒裘皮大衣	203
怎样防止白衬衣发黄	203
纯毛地毯如何防蛀	203
如何保护首饰	204
怎样存放金银饰品	205
机械手表的存放	205
家庭怎样贮存水果	206
冬储苹果妙法	206
家庭储藏柑桔新法	207
怎样保鲜葡萄	208
家庭怎样贮存秋菜	208
怎样贮存大白菜	208
用高压锅保鲜法	210
保存鲜姜二法	210
夏天家庭怎样存放大米	210
家庭巧藏花生米	211
小磨麻油保鲜法	212
贮存食油的知识	212
怎样防止食油变质	213

196250

冬季怎样存放啤酒	213	洗衣机单洗薄衣服的小窍门	230
怎样使活鱼多活几天	213	接长洗衣机排水管的妙法	231
怎样收藏凉席	214	避免唱针碰撞声的小方法	231
怎样保存唱片	214	一盒磁带能当两盒用吗	231
八、怎样巧用维修家用电器		录音机发生缠带怎么办	232
怎样管理家电	216	消除磁带发粘的有效办法	232
家用电器最怕什么	218	用橡皮清除磁头污垢	233
怎样识别进口原装家用电器	218	巧擦磁头	233
安全用电八不要	219	磁带转动不灵怎么办	233
节电小窍门	219	怎样修补收音机外壳	234
家用电表简易测试法	220	开电扇先开哪档好	234
打雷时如何看电视	221	怎样选购和使用家用换气扇	234
电视机几种故障的排除方法	221	使用家电烤箱需注意什么	235
双门冰箱节电新招	222	电饭锅的节能使用	236
电冰箱每月节电10度诀窍	223	电咖啡壶的使用程序	237
电冰箱快速除霜法	223	巧修电饭锅三线插头	238
提高冷冻室贮存量妙法	224	家庭灯具选用	239
消除电冰箱霉菌三则	225	日光灯常见的故障和排除法	240
降低冰箱噪音的小方法	225	电灯拉线开头巧处理	240
外出度假时电冰箱怎样处理	226	巧用电吹风机	240
电冰箱的妙用	226	使用普通电熨斗怎样掌握温度	241
家用空调机的选用	227	使用电动剃须刀小窍门	242
合理使用洗衣机	228	怎样排除家用淋浴器的故障	242
使用洗衣机十忌	229	计算器显示器不亮怎么办	243
节水节时洗衣新法	230		
洗衣机洗衣窍门三则	230		

九、怎样搞好家庭保健

家庭常备小药品	244
家庭怎样保存常备药	245
夏季家庭怎样存放药物	245
家庭水浴疗法	246
怎样煎中药	247
怎样服中药	248
应该怎样服用人参	249
日常生活防癌16条	250
脑力劳动者应该怎样安排 饭食	251
全新的大脑养生法	252
人长寿一项秘密	253
怎样增强记忆力	253
小孩抽风怎么办	254
孩子误吞异物怎么办	254
长了牙锈怎么办	255
家庭需要急救车时	256
家庭急救应注意些什么	257
家庭急救十戒	257
常见小伤的处理方法	258
巧治老年便秘	259
家庭护理常识	260
如何护理家中的痴呆老人	261
怎样照顾发热的孩子	262
怎样护理长期卧床的病人	262
怎样选择最佳受孕季节	263
女子多大年龄生育最理想	264
孕妇应记住的几个时间	265

怀孕期间应给未来的小宝

宝准备什么	266
丈夫应该怎样关心怀孕的 妻子	267
孕妇睡觉为什么左侧卧好	268
学会自己检查乳房	269
女子健康的秘诀	270
家庭主妇简易解乏法	270
儿童吃什么食物有益于健康	271
红糖的新效用	271
巧法止打呃	272
鱼骨卡喉莫强咽	272
痔疮自我康复“三要”	273
怎样选用药物牙膏	274
药物牙膏的妙用	275
除假牙黑锈	276
除牙齿上的烟垢	276

十、怎样洗涤、去污

家庭怎样干洗衣服	277
怎样洗涤裘皮服装	277
怎样洗柞丝绸服装	278
风雨衣的洗涤	279
巧洗晴纶棉衣	280
毛料服装如何干洗	280
怎样洗涤丝绸被面	280
怎样洗晴纶膨体纱	281
怎样使用“干洗精”洗服 装	282
怎样洗毛毯	282

挂毯清洁法	283	除铜锈法	292
丝绒窗帘洗涤方法	283	家庭用具巧洗涤	292
干洗纱窗的办法	283	巧洗油瓶	293
怎样干洗领带	284	怎样擦洗铝锅	293
怎样洗衣服领口	284	巧翻新铁锈锅	294
巧洗白被心	284	去除铝锅底黑斑	294
巧洗白衬手套	284	电饭锅焦底快速清除法	294
蚊帐熏黑了怎么洗	285	怎样去除暖水瓶中的水垢	294
呢绒服装简易除尘法	285	怎样除掉镜面上的斑纹	295
清除衣服汗渍	285	白瓷砖去污法	295
去除衣服上的血迹	286	清除水泥地板墨汁	296
去除衣服上的尿迹	286	怎样清除厨房里的油烟污	
去除衣服上的油渍	287	染	296
去除衣服上的油漆渍	287	家具漆面除污渍法	297
去除衣服上的咖啡渍	287	沙发污染处理法	298
去除衣服上的茶渍	288	去除指甲烟迹法	299
去除衣服上的香烟渍	288	十一、怎样修修补补	
去除衣服上的机械油、皮		家具常见小毛病的“治疗”	
鞋油	288	方法	300
去除衣服上的铁锈渍	288	怎样修补羽绒服装	300
去除衣服上的墨水渍	289	怎样修理旧毛衣	301
去除衣服上的圆珠笔油渍	289	织补羽绒服的小窍门	301
去除衣服上的墨汁	290	怎样修补尼龙袜	301
去除衣物上的酱油和醋渍	290	塑料鞋修补法	301
去除衣物上的瓜果汁渍	290	修理高压锅小毛病	302
怎样处理衣服上的霉斑	291	巧补漏盆	303
怎样清洗宝石戒指	291	巧补木桶	303
巧除金银首饰污垢	291	巧粘玻璃器具	303
银器去锈法	292	补塑料壶的小经验	303

修补水缸筒法	304	旧自行车内胎的利用	315
生铝制品的修补法	304	潮湿的火柴怎样变干	315
怎样粘补塑料制品	305	衣服烫黄的补救方法	315
巧补铁锅	305	巧用塑料药瓶	316
巧用牙膏皮补盆	305	巧用蜡烛头	316
怎样修理拉锁	306	巧用肥皂碎头	316
怎样修理手电筒	306	旧密封圈的妙用	317
缝纫机皮带断了怎样修理	306	旧海绵的新用途	317
电熨斗麻手怎样修理	307	旧丝袜的妙用	317
怎样修理日光灯启动器	307	怎样把弯曲晴纶线拉直	318
怎样修理电子表	308	皮手套发硬可变软	318
自行车慢性漏气消除法	308	延长高压锅胶圈的寿命	318
巧补自行车内胎	309	硬毛巾变软法	319
煤气灶火苗发红的修理	309	一次性打火机气体用完怎 么办	319
怎样修理乒乓球	310	空易拉罐的妙用	320
羽毛球拍断杆后的修理	310	怎样打开锈锁	320
怎样修理眼镜架	311	十三、怎样掌握小窍门	
怎样修理自动伞	311	旋开生锈热水瓶壳的方法	321
怎样修补有机玻璃制品	311	拧出断头螺钉的方法	321
缝纫机线脚出浮线怎么办	312	怎样拧动锈死的螺母	312
巧排洗衣机异物故障	312	消除居室异味的方法	322
简易配钥匙法	312	怎样消除鞋子里的气味	322
十二、怎样变废为宝		洗尿布加点醋可除臭	323
废灯管的妙用	313	家庭自磨剪刀法	323
废电池的巧用	313	巧除衣折痕	323
废火柴盒的妙用	313	湿手点火柴	324
巧用塑料蛋糕盒	314	手表不慎带上了磁怎么办	324
干硬鞋油复原法	314	寒冬防止自行车跑气的方	
旧皮鞋返新法	314		

法	324	怎样使菜板不裂	336
怎样防止自行车脱漆生锈	325	家用砧板的消毒	336
衣箱防蛀虫的窍门	325	怎样防止高压锅爆炸	337
巧去凉席刺	325	自行车中轴加油妙法	337
防止电饭锅煮饭时米汤溢		电池节电小方法	338
出的方法	326	巧开玻璃瓶罐头盖	338
怎样防止洋葱辣味对眼的		巧妙粘连玻璃	338
刺激	326	怎样去壳剥皮	339
自来水管怪声如何消除	327	使用蜂窝煤的小窍门	340
筒法疏通下水道	327	巧用柜橱门	340
清凉油除厕所臭	328	肥皂的妙用	340
家具生虫清除法	328	巧用蜡烛	342
怎样熨汤服装	328	夏日巧用醋	343
羽绒服的平整方法	330	延长拖把寿命的方法	343
丝绸衣服不熨也可平整	330	热水瓶的长寿方法	344
怎样量家具玻璃移门的尺		使用毛巾的窍门	344
寸	330	一种用拉锁的纱窗	344
怎样切割胶合塑料贴面板	331	微波炉自制香味餐巾纸	345
铁管锯割巧法	332	家庭自制地板	345
钉钉子不砸手不钉劈	332	巧做限流盖	346
怎样清扫玻璃窗	332	巧做幼儿围嘴	346
纱窗怎样清扫	333	裙摆下坠的制作方法	346
提高暖气的散热效果	333	玻璃门装拉手的小方法	347
抽水马桶节水经验	333	没有排水孔的花盆怎样排	
洗菜节水窍门	334	水	347
烧水怎样省水	334	洗衣机剩水的用途	347
节约煤气的窍门	334	隔夜茶的妙用	348
检测石油液化气灶具漏气		怎样揭掉旧塑料贴面	349
的好办法	335	十四、怎样写常用应用文	

怎样写发言稿	350	措施	366
怎样写民事诉讼状	351	家中无人浇花时怎么办	367
怎样写申请书	352	酒精治花病	367
怎样写建议信	353	浇花巧法	368
怎样写信	354	插花小经验	368
家用条据的写法	355	冬天怎样养好金鱼	368
怎样写贺年片	356	用120相机拍34张照片	369
怎样写春联	356	巧用胶卷片头	369
怎样写婚礼贺词	357	彩色胶卷巧抽头	369
怎样写过继和收养协议书	358	揭照片妙法二则	370
怎样写吊唁信	359	如何保存彩色照片	370
十五、怎样安排业余文化娱乐活动		怎样补救沾上水的照片	371
家庭娱乐十法	361	怎样运用光圈和快门	371
中年人怎样选择适宜的锻炼项目	362	怎样使用各种附加境	372
家庭怎样栽培花卉	363	怎样拍摄夜景照片	372
家庭养花的病虫害防治	364	怎样拍摄雪景照片	373
家庭盆栽香菜	365	怎样欣赏交响乐	374
居室养仙人掌、吊兰好	395	从何处着手学书法	375
盆花搬入室内注意的问题	366	怎样鉴别书画的真伪	376
盆花夏季无人照管的应急		巧贴图片	377
		怎样进行健身球锻炼	377

一、怎样持家理财

怎样使家务劳动社会化

家庭问题总是和社会环境密切相关的。解决家务劳动繁重问题，单靠家庭内部的力量，终究是难以解决的。因此，家务劳动必须利用社会化条件。尽管我国目前家庭生活社会化程度不高，但是，家务劳动社会化程度终究在逐步发展，并且成为必然趋势。

怎样利用社会化条件来减轻家务劳动呢？首先，要家庭厨房同社会服务联系起来。现在各地都在逐步实现主食成品化、副食加工等，副食店、粮店有现成的馒头、面包、方便面等，因此，可以就地购买，不需要回家再重新做，直接下锅，又快又省。自选商场有半成品蔬菜或袋装菜，方便菜，买回来后不需要再拣再洗，直接下锅就行了。这些成品、半成品食物，虽然价钱稍贵一些，但可节省下大量时间用来干其他更有价值的事情，创造的价值远比这多得多。

各地兴办的劳动服务组织，为家务劳动的社会化创造了条件。家庭中的清洁卫生、照顾老幼、护理病人、约车挂号、缝补浆洗、搬家承运、装饰粉刷、代买蔬菜物品、房屋维修、医疗咨询等等，都可以由劳动服务组织办理。拿缝补浆洗来说，你的被褥脏了，送到缝补浆洗店，它给你洗得干干净净，烫得平平整整。如果你自己干，说不定半天一日的还干

不好。再说代购车票，你到劳动服务公司去预订，省去了你起早排队的困难，又方便又省时。虽然你的这些家务劳动服务公司干，要花一定的劳务费，但比起你自己花了时间又费精力还干不好，就要便宜多了。因为这种劳动服务组织并不是盈利组织，略微收点费是补贴性质的。

有些家务劳动通过社会化的办法还不能解决，譬如带小孩、照顾老人等，于是就需要雇请保姆来家。各地对保姆也加强了管理，设立服务公司，需要雇请保姆的可以到服务公司去登记。雇请保姆要详细了解保姆的思想品德、劳动能力，经济待遇可以双方商定，双方签订合同再由劳动服务公司鉴证。保姆的身体状况很重要，雇请前，先要检查身体，特别是请带小孩的保姆，更要注意这一点。

怎样使家务劳动简单化

家务劳动是家庭生活的重要内容。家庭生活中会有许多繁杂的事情，件件都要花时间、花精力去做。在我国，目前这种生活服务设施不齐全，社会服务网点不足的条件下，对于一般家庭来说，家务劳动确实非常繁重。这就使得有些双职工家庭，上班忙工作，下班忙家务，“眼睛一睁，忙到熄灯”，消耗了大量的精力和体力，甚至引起家庭关系不和。因此，首先应当使家务劳动简单化。

家务劳动简单化，首先要使家庭中的摆设、衣物等等尽量简单些。摆设不要求齐全，整理的时间就可以少些。家具不求多，多了擦抹的时间就多。穿戴不要过分讲究，衣服也不要过多，如果有几套大衣、毛衣，一年要翻箱倒柜晾晒几次，每天还折、拉、熨平。衣服简单一些，放取都方便，布