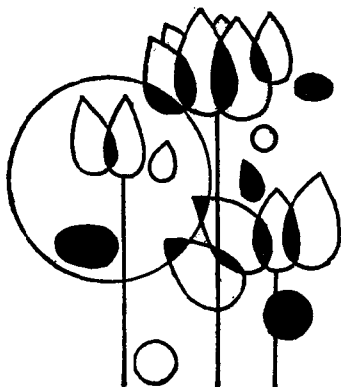


现代家庭消费指南

- 衣着服饰
- 美容化妆
- 佳肴饮料
- 零副食品
- 家用电器
- 交通工具
- 庭台美化
- 居室陈设
- 社交旅游
- 文化娱乐
- 家庭保健

科学技术出版社



现代家庭消费指南

《现代家庭消费指南》编写组

福建科学技术出版社

现代家庭消费指南

本社编写组

*

福建科学技术出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

福建新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 15.75印张 345千字

1985年6月第1版

1985年6月第1次印刷

印数: 1—103,700

书号: 17211·58

定价: 2.60元

编者的话

随着工农业生产的发展和人民收入的增加，人们已不再满足于吃饱、穿暖，而要求有更高的生活水平。在经济许可的条件下，在紧张的工作之余，谁不想把家庭生活安排得更丰富多采？谁不希望能吃得更讲究、穿得更漂亮、住得更舒适、用得更方便、玩得更开心些？凡此种种，都离不开合理而科学的生活消费。然而，面对琳琅满目、五光十色的各类商品，并非每一个人都懂得买、懂得吃、懂得用。出版一本适合我国国情，指导广大家庭合理消费的综合性工具书，确已成为广大群众的迫切需要。

眼前的这本《现代家庭消费指南》，正是从指导消费、推动生产的角度出发，立足于我国目前的中、高档水平，为广大读者提供最新的消费信息，帮助人们摒弃陈旧落后的生活习惯，建立起科学化的新型消费观念，为现代化的家庭生活提供有益的参考。我们衷心地希望，本书能给您的家庭带来温暖和欢乐，成为您日常生活中的顾问和密友。

愿祖国的四化伟业如东升的朝阳蒸蒸日上，兴旺发达！愿我们的生活象鲜花般绚丽多彩，象蜜糖一样甜美！

目 录

衣 着 服 饰

服装面料的讲究	2	旗袍的选购	38
毛织品面料的选购	2	裘皮与皮革服装的选购	39
丝织品面料的选购	5	羽绒服的选购	41
麻织品面料的选购	7	运动装的选购	43
棉织品面料的选购	9	旅游服的选购	44
新型面料的选购	10	茄克衫的选购	45
针织品面料的选购	12	猎装的选购	46
毛线的选购	14	裙装的选购	47
裘皮面料的选购	15	内衣裤的选购	49
鉴别各种纤维的方法	17	童装的选购	51
服装辅料的选购	18	流行裤装的选购	53
服装用料的计算	20	国外礼服一瞥	56
织物不同门幅的换算	24	服装新号型的选择	58
服装美的基本要素	25	正确选用服饰品	59
服装配色的艺术	27	皮鞋的选购和养护	61
怎样根据脸型选择衣衫的领线		全国统一鞋号与旧鞋号的换算	62
和领式	30	鞋子的新潮流	66
怎样根据体型选择服装的颜色		袜子的选购	68
和款式	32	帽子的选购	69
怎样根据肤色选择服装的色彩	34	领带的选购与佩戴	71
时装与流行色	35	围巾的选购与配戴	73
西服的选购	37	手提包、手套和腰带的选购	75

国际通用服装洗涤方法标记	78	毛绒织物的穿用与保藏	82
毛呢服装的洗涤和保养	79	毛皮服装的保养	82
丝绸服装的洗涤和保养	80	熨烫注意事项	84
羽绒服装的洗涤和保藏	81		

佳 肴 饮 料

闻名世界的中国菜	87	酒的功用与适宜的饮酒量	120
北京菜的特色	88	酒的质量鉴别	121
山东菜的特色	90	全国名酒一览表	122
四川菜的特色	92	国外名酒简介	124
广东菜的特色	94	鸡尾酒的调配	126
湖南菜的特色	96	茶叶的品类	127
安徽菜的特色	97	红茶及其名品	128
福建菜的特色	99	绿茶及其名品	128
江苏菜的特色	100	乌龙茶及其名品	129
风味独特的北方小吃	102	饮茶与健美	130
味道鲜美的南方小吃	104	茶叶的选购	131
西餐的菜系	105	咖啡及其饮法	132
西餐菜的点法	106	家庭自制冰淇淋	133
家庭西餐的制作	108	家庭自制果汁	133
西餐桌上的学问	109	参鲍肚翅的选购	134
宴席入座的规矩	111	家禽的选购	136
节日家宴的举办	112	鱼、虾的选购	136
酒席的菜式	113	肉类的选购	137
冷餐宴会与鸡尾酒会	115	蛋品的选购	138
各取所需的自助餐	116	植物蛋白肉的烹调	139
酒的分类	117	营养风味剂与快餐	139
几种酒的特点及营养价值	118		

零 副 食 品

丰富多采的罐头食品	141	糕点的保管	150
崭露头角的软罐头食品	143	生日蛋糕	150
罐头的选购	144	糖果的主要类别及特点	152
乳制品的主要品种	145	蜜饯果脯的种类	153
各种乳制品的营养成份	146	家藏水果的保鲜催熟	154
各种乳制品的质量要求、特性 及食用方法	147	方便食品的市场信息	155
乳制品的贮藏保管	148	烟制品的主要品种	157
婴儿奶粉的调配	148	卷烟的分类及特点	158
糕点的分类	149	卷烟的等级标准	159
		吸烟的危害	160

家 用 电 器

名牌黑白电视机简介	162	电子管收音机的选购	181
电视机的选购	165	晶体管收音机的选购	182
电视机常用旋钮及功能件 符号、英文标记识别	166	家用录像机的选购	183
电视图像的重影及消除方法	169	家用洗衣机的主要型号	187
收录两用机的主要类型	170	家用洗衣机的选购	189
盒式收录两用机的选购	171	合成洗衣粉的选用	190
盒式磁带的选购	173	洗衣机的使用和保养	191
盒式收录两用机上主要标记 的识别	175	洗衣机的常见故障和排除 方法	193
收录两用机的正确使用	177	家用电冰箱的主要类型	195
电唱机、唱片的选购	179	家用电冰箱的选购	196
唱机、唱片的保养	180	家用电冰箱的使用	197
		电冰箱的故障判断和处理	

方法	199	家用空调机的选购	208
家用吸尘器的选购、使用	202	家用空调机的使用及保养	209
电饭锅的主要类型和选购	204	家用灯具的选择	210
电饭锅的正确使用	205	室内照明灯具的布置	211
电风扇的主要型号	206	电水壶的选购与使用	212
电风扇的选购	207	安全用电的措施	214

交 通 工 具

自行车牌号、型号和主要特点	216	新购轻便摩托车的检查	224
自行车的选购	220	轻便摩托车的驾驶	225
自行车的保养	221	家用汽车的主要类型	225
轻便摩托车的主要型号、	222	家用汽车的选购和使用	227
轻便摩托车的选购	223	购买汽车后要办的手续	229

居 室 陈 设

通盘考虑居室布置	230	灯具的选购	244
色彩的组合	231	窗帘的选择及挂法	246
家具的选择	233	巧置装饰品	248
家具的摆放	234	字画的选购和张挂	249
角隅的利用	236	盆景花卉的摆设	250
有效利用上部空间	237	老年人居室的布置	252
怎样装修地面	239	儿童天地的设置	254
墙面及天花板的布置	240	青年居室的特点	254
家用电器的陈设	241	新房的布置	256
床上用品的选择	243		

庭 台 美 化

庭院的设计和美化	258	种花与配盆	268
阳台的空间利用	260	金鱼的选购	269
窗台的利用	261	山水盆景的欣赏	271
阳台和窗台花卉的选择	262	山水盆景的陈设	272
适于庭院和天井种植的花卉	263	山水盆景的养护	273
室内养花	266	树桩盆景的设计	273
瓶花的装饰	267	花香还须鸟语	275

社 交 旅 游

文明礼貌与道德品质	278	西安地区的旅游	300
仪表·举止·风度	279	桂林地区的旅游	302
访友待客的学问	281	广州地区的旅游	303
礼品的选购	282	成都地区的旅游	305
宴请作客的一些规矩	283	长江三峡的旅游	306
男女间交往的文明礼貌	285	昆明地区的旅游	307
怎样与外宾相处	287	黄山、庐山、九华山的旅游	309
吃西餐的礼仪	288	福建的旅游	311
遍布全国的旅游胜地	290	旅游前的准备	312
我国主要风景游览城市	292	旅游中的住	313
旅游点的选择	293	旅游中的饮食卫生	314
北京地区的旅游	294	旅游结婚须知	315
上海——南京地区的旅游	296	旅游与摄影	316
济南地区的旅游	298	旅游中常用药物的选购	317
杭州地区的旅游	299		

文 化 娱 乐

图书的选购与收藏	319	参加舞会须知	355
书画的收藏和欣赏	321	参加舞会的衣着服饰	356
文房四宝的选购	322	交谊舞的姿势	357
吉他的选购	324	布鲁斯舞基本步法	358
小提琴的选购	325	福克斯舞基本步法	361
电子琴的选购	327	华尔兹舞基本步法	363
钢琴的选购与保养	328	伦巴舞的基本步法	365
手风琴的选购与保养	329	吉特巴舞的基本步法	367
别具情趣的集邮	330	探戈的基本步法	369
垂钓和钓具的选购	332	恰恰舞的基本步法	370
旱冰鞋的选购和溜旱冰	333	迪斯科入门	372
照相机的种类和主要型号	335	举办家庭舞会须知	373
照相机的选购	350	芭蕾舞的艺术欣赏	375
正确使用照相机	352	交响乐的欣赏	376
胶片的选购	353	轻音乐的欣赏	378
照相纸的选购	354		

家 庭 保 健

早餐、中餐和晚餐	380	中老年人的饮食	389
四季饮食的合理安排	381	素食与健康	390
营养和膳食的调配	383	营养丰富的强化食品	391
农家膳食的安排	384	食物中营养成分的含量	393
孕妇乳母的合理营养	385	每日膳食中营养素供给量	401
儿童食物的选购	386	进补佳品的选购	403
青少年的营养与膳食	387	常用的防老抗衰老中药	404

药酒的选购	405	助听器的选用	417
常见瓜果的营养和药用价值	408	假牙的配用和保养	419
夏令防暑药物的选购	411	健美运动及其器材的选择	420
冠心病人的常备药物	413	能治百病的温泉疗法	422
看电视的保健常识	414	气功健身的科学	423
按摩器的选购与使用	415	太极拳与长寿	424
隐形眼镜的配戴与保养	416		

美 容 化 妆

男式发型及其选择	426	浅肤色与深肤色的特殊化妆	464
女式发型及其选择	429	各种脸型化妆要诀	465
女子烫发及其梳理	433	掩盖缺点的发型和化妆	468
家庭冷烫及其保养	436	美容化妆整形术	473
假发的选择及保护	440	指甲的修饰	474
头发的护理	441	体重与饮食、运动的关系	475
洗发剂与护发素的选择	444	珠宝首饰知识简介	477
染发剂及其应用	445	钻石	477
常用化妆品的选购	447	蓝宝石、绿宝石与玉	479
额部的化妆	448	水晶与玛瑙	481
眉毛的修整和描画	449	翡翠	483
眼睛的化妆	452	星石、眼石与蛋白石	484
面颊的化妆	456	黄金	485
鼻部的化妆	457	珍珠	487
口唇的化妆	459	象牙与琥珀	488
耳部的化妆	462	珊瑚	490
脸部皮肤的保护	463	装饰品的妙用	491



服装，从某种意义上说，体现着一个国家的文化、艺术和科学的水平，体现着一个民族的精神和时代风貌。

近年来，我国实行对外开放，对内搞活经济的政策，人民生活水平有了明显的提高，迎来了时装改革的新潮流，服装朝着选料高档化、款式时新化、装饰多样化和使用方便化的方向迅猛发展。在这一潮流影响下，我国人民迫切要求学习和借鉴国外服装的长处，创出更多既富有时代节奏，又充满生活气息的现代服装。

我们根据消费者的这一心理需求，在“时装与流行色”、“服装配色的艺术”、“服装美的基本要素”、“正确选用服饰品”等条目中着重介绍了这方面的知识。同时也从美学角度向消费者介绍了如何根据自己的身段、肤色、气质来选购相宜的服装和服饰品。为了改变我国服装款式的陈旧单调状况，我们还根据现代服装所追求的清新、优雅、柔和、明快、奔放、舒适、多变等特点，尽可能地注重于介绍能适合多种场合穿着的各种礼服、套装、上装、裤装、裙装以及童装等款式，以便消费者根据自己的特点进行选购。

服装是时代的一面镜子。美化生活，始于美化服装，愿美的旋律同您的服装融为一体，使您显得更加漂亮洒脱，青

春焕发!

服装面料的讲究

做一件精美的服装，如果没有选择好相宜的面料，即便是一位高明的服装设计师，也难以使这件服装达到理想的效果。面料的讲究主要从花色和质量上入手。

服装面料的花色要根据穿着者的脸型、肤色、身材高矮胖瘦来挑选。一般情况下，青年人宜穿浅色、淡色的服装；中老年人宜穿深藏青、铁灰色服装。此外，发胖的妇女如穿白地小花或浅色、素色服装，体型会显得瘦小些；矮小的人穿中朵花或色泽浓艳的服装，就会显得体型适中。肤色深的人不宜穿色彩深暗的服装，应选择中色或浅淡色，以显得调和。

服装面料的质量可以根据以下几点来鉴别：

第一，品名、商标、等级、价格和门幅，混纺或交织品原料的比例等有关面料质量的规格。

第二，白色织物的洁白度；单色、杂色织物的染色匀度和色差；花布的花型、对花是否准确、有无漏印、漏套色等。

第三，化纤织物的柔软挺括度；中长纤维的毛型感；呢绒织物是否平整光洁、滑爽紧密、纹路清晰、无疵点等。

消费者可以通过这些方法，再参考下文要介绍的不同种类面料的特点进行选购，一定能购买到适宜自己穿着的，满意的面料。

毛织品面料的选购

毛织品面料是由不同品种的羊毛、驼毛、猪毛、马毛、

兔毛等纤维纺织而成。从外观形态上看有撇纹、捺纹、斜纹、哔叽纹等。它们的共同特点是：细密柔软、平整光洁、回弹极好，保温性强、不易变形，牢固耐用以及富有份量感，是外出服、制服和正式礼服的上等衣料。

一般来说，以羊毛为主要原料织成的衣料，总称为呢绒。呢绒又分为：精纺呢绒和粗纺呢绒。

（1）精纺呢绒

①毛哔叽和毛华达呢：毛哔叽所用毛纱较粗，经纬密度又较接近，织品表面平坦，身骨较松。毛华达呢的斜纹角度比哔叽大，正面呈“/”倾斜状。这两种面料均宜做男女春秋冬季服装和大衣面料。

②花呢：花呢又有素花呢、条花呢、格子花呢以及厚花呢、中厚花呢和薄花呢等。薄花呢最轻薄、质轻滑爽，有凡尔丁的风格，宜做夏季服装。中厚及厚花呢的风格是光泽自然柔和，配色调和，手感滋润不糙，丰厚结实，有弹性，适宜作两用衫、上衣、裤子、套装等。

③礼服呢：礼服呢以上青色为主，质地柔软光泽，适宜做秋冬大衣、礼服。

④马裤呢：马裤呢以深色为主，质地厚实，斜条粗壮，适合做马裤、军大衣、夹大衣等。

⑤板丝呢：板丝呢手感较花呢粗糙，呢面呈细格状花纹，有素色底纹，是传统品种之一，适合做下装。

⑥凡尔丁和派力司：凡尔丁质地细洁轻薄，手感光滑挺爽。派力司质地柔美轻薄，是精纺毛中最薄的一种。这两种面料均适宜做夏季服装。

（2）粗纺呢绒

①海力司：海力司的表面毛较长，手感粗糙，有弹性，

配色朴素，质地和外观比法兰绒差，适宜做男上衣等。

②火姆司：又称“雪花呢”，其中粗花呢呢身粗厚，坚固耐穿，宜做夹大衣用；细花呢薄软凉爽，散热快，宜做夏令服装。

③大衣呢：大衣呢质地丰厚，以散毛为主，保暖性强。它的品种有：银枪大衣呢，这是大衣呢中的高档品，毛丛中夹有银白闪亮的枪毛，美观大方；拷花大衣呢，这也是名贵的高档大衣料，手感丰满厚实，富有弹性；此外，还有平厚大衣呢、立绒、顺毛大衣呢等，均为高档大衣料。

④女衣呢：主要以素色为主，质地柔软、花纹清晰，呢面细洁、富有弹性。品种有平素女式呢、立绒女式呢、顺毛女式呢、开司米女式呢等，均宜妇女做春、秋、冬西服面料。色泽鲜艳的，宜作中式服装面料。

⑤法兰绒：色泽多为混色夹花，有浅灰、深灰两种，绒毛丰满、保暖性好，宜做男女春秋服。

⑥长毛绒：有咖啡、上青、元、浅灰、米黄等色彩，绒毛挺立、弹性好，质地厚重，保暖，宜做妇女、儿童冬季服装。

⑦麦尔登、海军呢、制服呢和大众呢是比较相近的四个品种。特点是呢面丰满，保温性好，身骨挺括、耐穿耐磨，宜做秋、冬二季的两用衫、上下装和长短大衣等。

在选购毛织品面料时，消费者不仅需要根据以上介绍的面料特点，还要根据不同的时令、使用场合以及消费者的年龄等因素来决定。

例如年轻人应以色彩明快、富有活力的色调为主；在质地方面，除了作为会客等正规场合外，为了便于在款式上更新，不必要求过高，可选择毛混纺或化纤仿毛呢。而中、老

年消费者购置毛织物时，则以质好、素雅、稳重为主。童装一般不必用毛料，可选用化纤仿毛织物。此外，还要注意从所从事的工作性质来选择服装面料。机关工作人员，特别是从事商业贸易、外事等涉外工作或经常接待来宾的人，可选择较高档的料子。参加社交、宴会、访友等社交场合的礼服，应选择质地好、布面纹路均匀，清晰的料子做面料。从事服务性工作的同志，如售货员，宾馆服务员等，则不宜选用太好的毛料做工作服。

毛织物除了做面料外，在民用方面还有呢毡、毛毯、床罩等，丰厚且光泽、自然、柔和、耐用。用毛织物制成的各种装饰品，如壁毯、地毯等，更是名贵华丽。随着生活消费水平的提高，毛织物的市场将愈来愈大。

丝织品面料的选购

丝织品面料是以蚕丝为原料织成的。按所用的原料不同，又可分为纯丝、交织丝和人造丝等。丝绸种类繁多，特点各异，有薄如蝉翼的纱类，如烟似雾的罗类，富丽飘逸的绡类，光泽明亮的缎类，细洁滑爽的绸类，华贵堂皇的绒类，还有绉、绢、绫、葛、绉、呢等，都是制作各种高级服装的上等面料。

(1) 乔其纱 是一种真丝织品。它的特点是绸面有细匀的绉纹和纱孔、薄透轻逸、富有弹性，没有正反面之分。宜做头巾、围巾、窗帘、舞裙、戏装等。但缩水率较大，约达11%左右。以涤纶丝织成的涤纶乔其纱，缩水率较小。耐绉、易洗，可做各式衣衫、连衣裙等。

(2) 双绉 是薄型真丝织物。绸身比乔其纱重，绸面有隐约可见的细绉纹，但没有乔其纱明晰，质地轻柔滑爽，

有弹性，无正反面之别，缩水率在8~10%之间，广泛用于制作春秋男女服装，也是我国出口丝绸及其制成品的主要品种之一。双绉除本白、染色外，还有印花、提花和提花再印花等。

(3) 塔夫绸 是一种高档丝织品。绸身比一般绸类紧密，绸面光滑细洁、平挺鲜亮，抗污性好，缩水率小，适于做各种女装、节日服装、礼服、鸭绒服装的面料等。缺点是易绉，做成成衣宜挂放，忌折、压。塔夫绸除真丝的以外，还有用人造丝织成的人丝塔夫绸和绢纬塔夫绸，后者是国际丝绸市场的热销品。

(4) 绉缎 特点是两面不同，一面是绉纹，一面是缎纹，缎纹的一面有明亮的光泽。绉缎分素绉缎和花绉缎两种，质地紧密柔韧，手感润滑，比双绉绚丽光华，宜做女装，但不宜水洗。

(5) 电力纺 是真丝织物，无正反面之分，质地轻薄，绸身细密柔软，绸面洁白滑爽，光泽柔和，飘逸透凉，缩水率在6%左右。较厚的电力纺宜做夏令男女衬衫、内外衣、女裙，也可作棉袄面，头巾、窗帘等。较薄的电力纺可作服装里子用。

(6) 九霞缎 是真丝提花织品，绸身柔软，质地坚韧，花色鲜明，是富有民族色彩的丝绸传统品种，适于做秋季多种女装，不宜多洗。

(7) 大伟呢 是一种模仿毛织品组织结构的丝织品，质地厚实，有毛料风格，绸身紧密，正面光泽柔和，美观大方，又结实耐穿，缩水率在10%左右，宜做秋、冬季各式男女服装，也可做棉袄面。但色牢度较差，不宜多洗。

(8) 软缎 是真丝与人造丝的交织品，有素织和花织