



进城务工  
实用知识与技能 丛书



【其他系列】

QITA XILIE

JINCHENG WUGONG SHIYONG ZHISHI YU JINENG CONGSHU

CHENGSHI SHENGHUO CHANGSHI

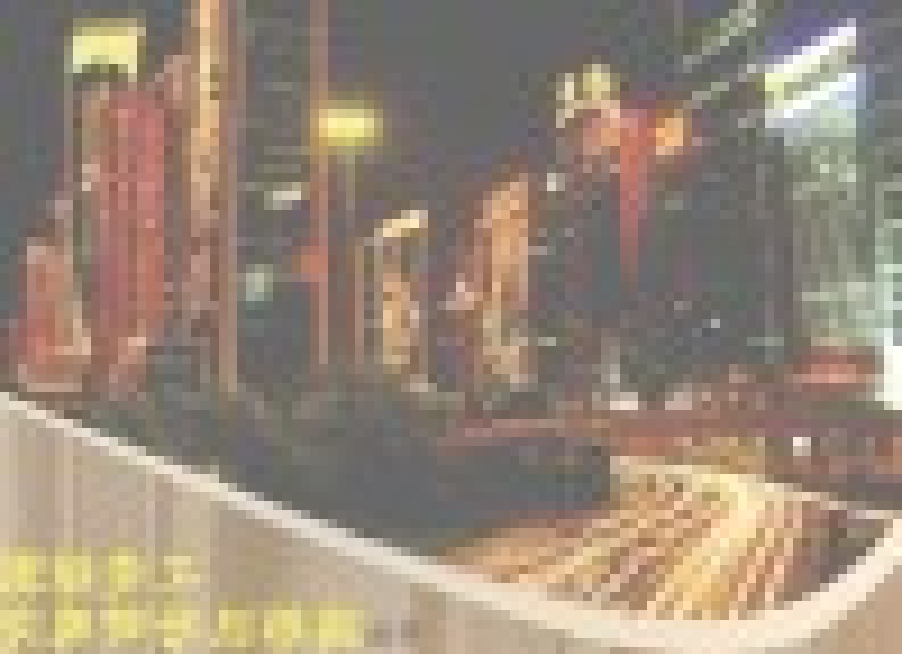
# 城市生活常识

■ 王春秀 熊 勇 主编



重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>



《城市生活常谈》  
《城市生活常谈》

《城市生活常谈》

《城市生活常谈》

《城市生活常谈》

《城市生活常谈》

# 城市生活常谈

《城市生活常谈》



清华大学出版社  
Tsinghua University Press

进城务工实用知识与技能丛书

# 城市生活常识

主 编 王春秀 熊 勇

重庆大学出版社

## 内 容 提 要

本书用通俗易懂的语言,系统地介绍了进城务工人员来到城市后要了解的主要问题,包括城市里的衣着打扮、一日三餐、居家生活、交通出行以及就医指南、子女教育等方面的内容。希望能给广大进城务工人员在城市生活提供一定的帮助和指导,使其尽快融入现代大都市的生活中来,快快乐乐地生活,顺顺利利地发展。

### 图书在版编目(CIP)数据

城市生活常识/王春秀,熊勇主编. —重庆:重庆大学出版社,  
2007.2

(进城务工实用知识与技能丛书)

ISBN 978-7-5624-3925-7

I. 城… II. ①王…②熊… III. 城市—生活—基本知识  
IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 008700 号

### 城市生活常识

主 编 王春秀 熊 勇

责任编辑:马 宁 江欣蔚 版式设计:江欣蔚  
责任校对:邹 忌 责任印制:张 策

\*

重庆大学出版社出版发行

出版人:张鸽盛

社址:重庆市沙坪坝正街 174 号重庆大学(A 区)内

邮编:400030

电话:(023) 65102378 65105781

传真:(023) 65103686 65105565

网址:<http://www.cqup.com.cn>

邮箱:fxk@cqup.com.cn (市场营销部)

全国新华书店经销

重庆现代彩色书报印务有限公司印刷

\*

开本:787×1092 1/32 印张:3.5 字数:79 千

2007 年 2 月第 1 版 2007 年 2 月第 1 次印刷

印数:1—3 000

ISBN 978-7-5624-3925-7 定价:5.00 元

---

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换  
版权所有,请勿擅自翻印和用本书  
制作各类出版物及配套用书,违者必究

## 前 言

建设社会主义新农村,促进全社会的和谐发展,是我们党和政府在 21 世纪初期各项工作的重点,是一个重大的系统工程。随着建设社会主义新农村战略的不断推进,农村和小城镇的大量富余劳动力涌入城市,开始了在城市的新生活。他们背井离乡,来到城市,住的条件比较艰苦,干着城里人常常不愿干的“脏、累、苦、险”的活儿,在提高自己收入的同时也尝尽了城市生活的艰辛。

由于农村和小城镇的生活习惯和城市还是有着较大的区别,很多从农村和小城镇进入城市工作和经商的朋友对城市的生活习惯还不是很了解,他们有时会觉得很难像城市人那样生活和工作。现实生活中可能有的朋友的言行举止和城市里人们的习惯存在一定的差距,因而引起社会上一些人对他们抱有不友好的看法,甚至导致某些过激的行为发生。进城务工人员如果不能在一定程度上改变原来的生活习惯以尽快适应城市的生活,必将对他们的工作、社会交往以及其他一些方面带来较大的影响,同时也可能导致他们出现某些心理问题,增加心理上的压力。这一切都不利于进城务工人员顺利融入到城市的生活中去,并且还有可能导致出现很多社会问题。

我们希望城市里的人们以一种友好、热情、宽容的心态来接受广大进城务工人员,要从生活、工作等方面给予他们一定的帮助;同时进城工作和生活的朋友们也应该尽快地熟悉、了

解城市里面的生活方式、交往方式和其他各个方面的知识,尽快融入到现代的城市生活当中去。这样,不仅能为进城务工人员自己的工作和生活带来更多的方便,而且也让他们的个人修养得到了更大的提高,从而有利于整个社会的和谐发展。

我们希望通过这些城市生活常识的介绍,能让进城务工人员尽快地熟悉和了解城市生活的方方面面,尽快地适应和农村、小城镇有着较大区别的城市生活,从而尽快地融入到快节奏的现代城市生活中来。希望大家能将书上所提到的许多生活、工作、交往中的常识和小窍门应用到自己的日常生活里去,让大家能够在城市里生活得更为顺利、快乐,得到更多人的关心、尊重。让我们大家的生活充满阳光!让我们的未来充满希望!

介绍各种城市生活常识方面的书籍非常多,且各有特色。可要找一本专门针对广大进城务工人员撰写的,却不是很容易。如何根据进城务工人员的实际工作生活状况,考虑他们的阅读接受能力,为其“量身定做”,我们在此只是进行了一次尝试。由于作者的知识、能力水平所限,书中难免存在错漏之处,敬请各位读者朋友批评指正。

本书在编写过程中,参考、借鉴了其他人的部分研究成果,在此表示衷心的感谢。

研究生黄金鑫、徐艳梅同学为本书的写作收集了大量的资料,特别是黄金鑫同学还帮助完成了部分案头工作,在此也向他们致谢!

最后,要感谢重庆大学出版社的领导和编辑,由于他们的关心和指导,促成了本书的顺利出版。

## 目 录

|      |                     |     |
|------|---------------------|-----|
| 第一章  | 城市里的衣着打扮 .....      | 1   |
| 第二章  | 城市里的一日三餐 .....      | 14  |
| 第三章  | 城市里的居家生活 .....      | 30  |
| 第四章  | 城市里的出行习惯 .....      | 46  |
| 第五章  | 城市里的就医指南 .....      | 59  |
| 第六章  | 进城务工人员的子女教育问题 ..... | 78  |
| 第七章  | 城市消费面面观 .....       | 93  |
| 参考文献 | .....               | 105 |

## 第一章 城市里的衣着打扮

进入城市务工的朋友,应该尽快融入到城市的生活中去,其中较为重要的一点就是要改变原来在农村或者小城镇里的衣着打扮。因为,在人与人交往的过程中,我们首先注意到的是人们的外在形象,比如:服装、发型、饰品等。在这里,我们不是说原来农民工朋友们的衣着打扮有什么不好或者不对,只是说原来的衣着打扮也许不是很适合城市的生活习惯或者是与城市里人们的审美观有一定的差异。虽然我们都常说看人不能只看外表,但从你的穿着打扮是可以看出你大体上是怎么样的一个人,有什么样的性格、爱好以及一些其他方面的特征。因此我们建议,在经济条件允许的情况下,朋友们应尽量让自己的衣着打扮体现出你的魅力、品位以及职业特点。广大进城务工人员要尽可能适应各种场合的着装打扮要求,不断提高自己在衣着打扮方面的修养。

其实很多时候,我们都会从电视、电影、报纸、杂志以及其他一些途径了解到城市里衣着打扮的基本类型和需要注意的事项。但是,可能是由于受原来穿着打扮习惯的影响以及对城市里衣着打扮的了解不是很全面,因此,很多进城工作的人有时候的穿着打扮还是显得不太自然、协调,与城里人有着较大的差异。有时候走在城市的街道、购物广场或者生活小区里面,我们会看到某些进城务工人员外面穿着漂亮的西装,里面的衬衣却皱巴巴的;鞋子虽然是名牌,但鞋面上却有一些灰尘、

泥巴,而且鞋的色彩、款式也显得和衣服整体不太协调;有些人头发梳得整整齐齐,衣服和鞋子却显得脏兮兮的,怎么看都觉得很别扭;还有些女性的发型与脸型不是很协调,衣服和身上的饰品过多、过杂,忽略了整个穿着打扮的统一性,没有体现出一种整洁、大方、得体的原则。衣着打扮是一个人留给其他人很重要的第一印象,无论是在工作上还是在生活中,我们都应当注意自己的衣着打扮,特别是对一些要去参加招聘会或者去面试的人来说,就更为重要。衣着打扮得整洁、大方、协调的人,会给他人留下一个相当不错的印象,容易与他人接近并顺利进行交往;反之,如果一个人的衣着打扮总显得很别扭、不协调,会让人觉得你不是很尊重自己,同时也不是很尊重别人,这样容易给他人留下一个很不好的印象,影响与他人的交往,甚至会影响到自己的职业生涯和发展前途。

进城工作或者经商的人们,来到城市这个自己不太熟悉的“花花世界”,看到大街上穿着时尚衣服、打扮得相当得体的都市人,看到商店里色彩鲜艳漂亮的衣服、皮鞋、首饰、化妆品以及其他用于衣着打扮的种种配件,都有着自己不同的心理感受。一方面,看到从前自己没见过的这么多不同风格的漂亮的衣服,非常羡慕那些可以买到这些东西并且能够把自己打扮得很得体、大方的人;另一方面,对比别人和自己的衣着打扮,可能会觉得自己的衣着打扮很土,觉得自己走在其中有点丢面子,不免自惭形秽,心里不是很舒服。当然还有不少的人会这样想,穿衣打扮,各有所好,别人管不着,自己没有必要去追求那些虚荣的东西;自己进城来工作,是为了赚钱来养家糊口,没有必要像城里人那样花那么多钱在穿着打扮上,我们还是保持原来的衣着打扮就够了。其实有这些想法都是很正常的。不过,我们大家应该向前看,我们进城来工作,不就是要让自己和

家人的生活过得更好、更快乐吗,不就是要改变我们原来的生活方式、提高生活质量吗。这么一想,我觉得大家还是有必要去改变原来的衣着打扮,尽快习惯和适应城市生活的要求与审美观点。当然我们不是说要朋友们一定去买那些名贵的衣服和饰品来对自己进行彻底的改变,我们只是说,在一定的经济条件下,通过买些自己相对合适的服装,在一定的着装原则指导下,通过一些较为细微的打扮技巧来改变原来的衣着打扮,从而提升自己的外在形象。无论是在工作、交际场合或者其他的场合,都使自己在衣着打扮上显得整洁、大方、美观和得体,增强自己的自信心,赢得别人对自己的尊重。

下面就给大家介绍一些有关城市里穿衣打扮的原则和注意事项,同时还会介绍一些选择发型及装饰品方面的知识。

### 一、城市里衣着打扮的原则及注意事项

衣服的作用不单纯是遮羞避寒,我们还可以穿出文化、穿出文明、穿出时尚、穿出品位,这才是着装的最高境界。

#### 1. 着装的基本原则

俗话说:“人靠衣装,佛靠金装。”合适、得体的着装给人以愉悦的感受。服装虽不能造出完人,但是初次见面给人印象的百分之九十产生于服装。服装穿着没有固定的模式,应该根据具体的时间、地点、场合等来进行选择和搭配。我们认为着装的总体原则应该是:整洁大方、干净利落、协调得体。

服装穿着的第一个原则就是时间原则,即着装要随时间变化而变化。这里大家应该特别注意白天与晚上、季节交替、潮流变更几个方面。白天应穿较为正式的服装,晚上则可穿得休闲一点。每年有春夏秋冬之分,我们应该选择与气候相适宜的服装,冬天不能穿得太薄,而夏天则不宜穿得太厚。具体点说,

春季万物复苏,服装颜色可以选择米黄、葱绿等,面料质地以紧密而有弹性的精纺面料为主,可以选择协调搭配的套装、两件套加风衣;夏天骄阳似火,选择白、象牙黄、浅米灰等颜色较为合适,棉、麻、丝是这一季着装的首选面料,服装款式简单、剪裁恰当、做工精致即可;秋季草木萧疏,以选择暖色,如咖啡色、芥末黄为宜,两件套的套装、带马甲的三件套等款式都是合适的,面料的选择也可以多样化;冬天寒极暖至,着装颜色可以选择藏蓝、姜黄、深褐,面料可以是羊毛、羊绒、驼绒等,可以精纺,也可以粗纺。另外,着装还要顺应时代潮流。比如,曾经在20世纪80年代末风行神州大地的“萝卜裤”如果现在还穿就显得有点老土,让人觉得挺滑稽。

着装的第二原则是地点原则,即着装要入乡随俗,因地制宜。设想一下,如果你到某个地方,这里的人们都穿长袍,而你却穿着短裤背心,那会显得多么的格格不入。

着装的第三原则是场合原则,即着装要随场合变化而变化,有时是出于礼仪的需要,有时是为了气氛的协调。试想一下,如果一位女士穿着高跟鞋、窄身裙去搬水泥、沙石会有多么的滑稽和不便。同样地,如果你穿着轻便装去出席正式晚宴,不但会让主人觉得你不尊重他,也会令自己感到十分尴尬。

着装除了根据时间、地点、场合进行选择搭配之外,还应该根据自己的年龄、体型进行选择。衣服最重要的是合体,“衣如其人”。合体的衣服,不但令自己感到舒服,也会令别人感到舒服。不同体型的人在着装上要特别注意。比如,肥胖体型的人,不宜穿浅色、带格的衣服,最好穿单色且颜色较深的服装;身材矮小的人衣着要简洁明快,上下服装的颜色应尽量统一,在视觉上增加人的高度;消瘦体型的人不宜穿深色服装,最好穿浅色或带花格的,面料有条纹应选择窄条的。

## 2. 男性的衣着打扮及注意事项

男人的穿衣打扮不需要光鲜怪异,引人注目,不必太超前,也不必太拘泥守旧,只要得体、整洁、大方,凸现个性就差不多了。

男性衣着在颜色搭配方面,全身整体着装从上至下最好不要超过3种颜色,这样从线条整体上看会更流畅、更典雅,否则会显得杂乱而没有整体感。男士穿戴不是必须很时尚或很流行,只要简洁大方,颜色沉稳,最主要的是上衣和裤子的搭配,一定要合理。休闲服装一定要与休闲类的服饰来搭配,着装要讲究整体的统一,不要混着来组合,比如,你不能穿着西装打着领带,却脚穿一双运动鞋。男士的身高和胖瘦,并不影响自己着装的品味和风格,身材矮小的男士也可以穿出自己的特点,只要上衣和裤子合身,颜色搭配得当,不要穿过宽大的衣服和过深的颜色,就可以掩饰自己的不足,体现自己的风格。

衬衫是男性最常见的服饰,特别是对于上班的男性来说,衬衫最好天天换,而且每一件都要仔细洗过、烫过,特别是衣领和袖口处,这里是最能够体现男性是不是整洁、细心的地方。另外还有鞋子和袜子的搭配也很重要。俗话说,看男人要看他的袜子。看什么呢?主要看它是不是干净,是不是与服装协调。袜子起着贯穿裤装与鞋子的作用,它的颜色应该与裤子和鞋子的颜色差不多。男性袜子似乎有个约定俗成的穿着规律:除了穿短裤时,袜口不可暴露在外,而且尽量不穿白色袜子,它会让你显得不成熟;不论年龄大小,花袜子总是不太适合男性的。

保证鞋子没有尘土,是男性着装的一个重要原则。无论你的衣服多么干净,哪怕是名牌,倘若穿了一双布满尘土的皮鞋,别人肯定以为你是一个邋遢的人。当然,要求每个男人每天都

把皮鞋擦得锃亮,这似乎不太现实,但是起码要没有尘土,保持干净。

现在使用香水不再是女人的专利。现代男性也开始追求自己的味道,让清新、淡雅的香味不经意传达出自然、简约、明朗的情绪。做到真正理解香水并能恰当运用,才能算是有品位。在使用香水时有一点要强调,不能让其他男性护肤品或发胶的香味与其发生“冲突”。当然如果你还不能理直气壮地使用香水,那么一定要选择气味清爽的香皂。

男性在衣着打扮方面还有一些要注意的其他事项。如果你平时工作中经常使用到皮包的话,那么要注意,皮包的质地要较好,而且和全身的色调保持协调。如果你平时不系领带,那么请不要扣紧衬衫的领口;如果系领带则领带尖不应低于皮带头,但也不要高于它。领带的别针,一般只有两种人带,一是服务员,二是重要的人物,如果你不是这两类人,最好就不要戴领带别针了。腰带和鞋在质料和颜色方面都要一致,不要在正式、隆重的场合穿着非黑色皮鞋,即使它被擦拭得十分体面,也会显得你本人缺乏修养。

男性的衣着打扮除了上面提到的各项内容以外,还有一些细节,我们也要在这里提醒大家。经常洗发、理发,头发不宜太长,不能有头皮屑;胡须要刮干净,最好把鼻毛也整理一下,还要看看有无耳垢;指甲要勤修剪,不要留长指甲,更不能有污垢。

### 3. 女性的衣着打扮及注意事项

女性的着装既是一门技巧,更是一门艺术。站在礼仪的角度上来看,女性着装是一整套的打扮,它不仅仅指穿衣戴帽,更是指由此而折射出的人们的教养与对生活的态度。依照社交礼仪,女性着装要赢得成功,进而做到品位超群,就必须兼顾其

个体性、整体性、整洁性、文明性、技巧性。对这五个方面,一点都不能偏废。

(1)个体性。在着装时,既要认同共性,又绝不能因此而没有了自己的个性。着装要坚持个体性,具体来讲包括两层含义:第一,着装应当照顾自身的特点,要努力做到“量体裁衣”,使之适应自身,并扬长避短。第二,着装应创造并保持自己所独有的风格,在可能的情况下,着装在某些方面应当与众不同。大家要注意,切勿盲目追求时髦,使着装千人一面,毫无特色。

(2)整体性。正确的着装,应当进行系统的考虑和精心的搭配。着装各个部分不仅要好看,而且要相互呼应、配合,在整体上尽可能地显得完美、和谐。若是着装的各个部分之间缺乏联系,哪怕再完美也不好看。着装坚持整体性,重点是要注意两个方面。其一,要记住服装本身约定俗成的搭配。例如,穿西装时,应配皮鞋,而不能穿布鞋、凉鞋、拖鞋、运动鞋。其二,要使服装各个部分相互呼应,局部服从于整体,力求展现着装的整体之美、全局之美。

(3)整洁性。人们的着装都要力求整洁,避免肮脏或邋遢。着装坚持整洁性,主要应体现于下面几个方面:首先,着装应当整齐,不允许它又摺又皱、不熨不烫。其次,着装应当完好,不应又残又破,乱打补丁(除非你是故意那样的)。再次,着装应当干净,不应当又脏又臭,令人生厌。最后,着装应当卫生,各类服装都要勤于换洗,不应有明显的污渍、油迹、汗味与体臭。

(4)文明性。着装的文明性,主要是要求着装文明大方,符合社会的道德传统和常规做法。它的具体要求,一是要忌穿过露的服装。在正式场合,袒胸露背,暴露大腿、脚部和腋窝的服装,应该忌穿。在大庭广众面前打赤膊,则更在禁止之列。

二是要忌穿过透的服装。倘若使内衣、内裤“透视”在外,令人一目了然,当然有失检点。三是要忌穿过短的服装。不要在正式场合穿短裤、小背心、超短裙这类过短的服装。它们不仅会使自己行动不便,而且也失礼于人,使他人多有不便。四是要忌穿过紧的服装。不要为了展示自己的线条而有意选择过于紧身的服装,使自己内衣、内裤的轮廓在过紧的服装之下隐约可见。

(5)技巧性。不同的服装,有不同的搭配和约定俗成的穿法。例如,穿单排扣西装上衣时,两粒钮扣的要系上面一粒,三粒钮扣的要系中间一粒或是上面两粒。女士穿裙子时,所穿丝袜的袜口应被裙子下摆所遮掩,而不宜露于裙摆之外。穿西装不打领带时,内穿的衬衫应当不系领口等。所有这些,都属于着装的基本技巧。着装的技巧性,主要是强调在着装时要依照其约定俗成,掌握不同服装之间的合理搭配。

佩戴首饰对女性的打扮来说也是很重要的一部分,如项链、耳环和其他的小配饰品。佩戴首饰与服装密不可分。佩戴的首饰往往起到一种点缀或者是画龙点睛的作用。只要选择得当,一件好的配饰是比服装更好的投资。佩戴首饰时因其所处角色不同,也有很多搭配时需要注意的地方。统一尺寸:按身型分,高大的人戴较大首饰,而娇小的人则佩戴较秀气的首饰。统一风格:服装和首饰的风格必须一致,服装面料奢华、古典时应佩戴经典而华丽的首饰,一般的工作服式,则可以相对简约而时尚一点。统一颜色:冷色系服装以冷色系首饰为主配,如铂金或银饰等,暖色系服装则以金色或较鲜艳的 K 金或珍珠装点。选定主题:若佩戴多种首饰,则应保持各首饰如耳环、项链、戒指、手镯等在风格或主题上一致。选定重点:如果全身上下佩戴超过三件首饰,则应注意选定重点,如果耳环比

较复杂,项链就要简洁,反之,项链复杂,耳环就要简洁。

对女性来说,除满足了对服饰的要求之外,大部分的女性都会给自己化妆或者美容。这是女性爱美的天性的一种自然表现。现在越来越多的女性都会去买化妆品来为自己化妆、或者去美容美发店做些美容护理。一般情况下,女性最好化淡妆,这样显得自己更加美丽。当然需要浓妆的场合,如登台表演时也要化浓妆。女性朋友们在化妆时不仅要讲究一定的技巧,还要注意化妆的礼节。如:不要在公共场所化妆,否则非常失礼,既可能有碍于别人,也不尊重自己。若需要进行必要的化妆和补妆时,最好到化妆间或洗手间去。不要在男士面前化妆,一是容易给男士造成你有意亲近他的误解,二是让男士感到你的美不自然、不质朴。不要非议他人的化妆,不要借用他人的化妆品等。

#### 4. 各种场合穿衣打扮的要求

(1)喜庆欢乐的场合。比如庆祝会、联欢会、生日、婚礼、聚会等。这时的穿着要跟人们高兴、快乐、兴奋的情绪协调,女士可以穿得色彩鲜艳、丰富一些,款式也可以新颖一些,以烘托活跃、欢快的气氛。太深沉的色彩或太古板的款式都不太适合。男士可以穿着白色或其他浅色西装、戴花色漂亮醒目的领带,以表现出轻松愉快的心情。

(2)隆重庄严的场合。比如开幕闭幕式、签字仪式、剪彩仪式、出席重要的会议等。这些场合,要特别注意个人的公众形象和媒介形象,注意仪表,衬托隆重庄严的气氛,因此不能穿得太随便。女士不要穿得花里胡哨、随随便便,可以穿上套装或较为端庄的连衣裙,以体现职业女性在正规场合的风范。男士要西装革履,正规、配套、整齐、洁净、一丝不苟。

(3)华丽高雅的场合。这类场合多半是晚上举办的正式

社交活动,如正式宴会、酒会、招待会、舞会、音乐会等。这时,女士要把自己打扮得漂亮一点,显示出女性独有的美好气质和修养。可以穿连衣长裙、套裙,面料要华丽、质地要好,色彩应简单。可以有花边装饰,或用胸针、项链、耳环加以点缀。式样简洁的裙装,更能体现一种超俗的美。但要记住,你不是参加私人的社交聚会,而是以工作身份参加与工作有关的活动,因此,太艳丽、闪烁不定、过于袒胸露背的衣裙都不适合这时候穿,它会完全淹没你的职业身份。男士通常穿着深色西装,就可以了。

(4) 悲伤肃穆的场合。比如吊唁活动、葬礼等。到这种场合来的人,应该抱着沉痛的心情、肃穆的情绪。因此,在着装上应该避免突出个性,而是将自我的个性揉进这种特殊场合的氛围中。可以穿黑色或深色套服(西装或中山装),西装配白衬衣、黑领带;女士不抹口红、不戴装饰品、不用鲜艳的花手绢,全身衣装是深色或素色,让外表的肃穆和内心的沉痛协调一致。

## 二、关于发型的选择

在城市里,衣着打扮的一个很重要的方面就是选择合适的发型。可是对发型的选择很多人都比较不重视,不少人往往是随便去个理发店或者美容美发的地方处理一下就行了。其实,发型对一个人的整体形象非常重要,因此要尽量做到使自己的发型和自己的整体服饰搭配合理。影响发型设计的主要因素有头型、脸型、五官、身材、年龄,其次有职业、肤色、着装、个性、爱好、季节等。在这里我们只介绍一些常见的发型,不包含那些比较另类别致的发型。具体点说,选择发型主要应该考虑下面几个因素:

### 1. 头型与发型

人的头型大致可以分为大、小、长、尖、圆等几种形状。