

# 大学新生 武汉生活自助指南

安信 编著



华中科技大学出版社  
<http://www.hustp.com>

# 大学新生武汉生活自助指南

安 信 编著

华中科技大学出版社  
中国·武汉

## 图书在版编目(CIP)数据

大学新生武汉生活自助指南/安信 编著.  
—武汉:华中科技大学出版社,2007年9月  
ISBN 978-7-5609-3877-6

I. 大… II. 安… III. 武汉市-概况  
IV. K926.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第137291号

大学新生武汉生活自助指南 安信 编著

责任编辑:刘丽昆

封面设计:孙锐

责任校对:汪世红

责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074

电话:(027)87557437

录排:华中科技大学惠友文印中心

印刷:湖北新华印务有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32 印张:8

字数:150 000 定价:13.80元

版次:2007年9月第1版 印次:2007年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5609-3877-6/K·46

(本书若有印装质量问题,请向出版社发行部调换)

# 代 序

一个人在一生中会遇到各种困难,尤其是第一次离开父母、跨进大学校门的大学生,面对一个陌生的城市和环境,遇到的困难将会更多。这个时候,大家最希望得到的就是帮助。

武汉是华中最大的区域中心城市,也是全国高校最密集的特大城市之一,来自全国各地的大学生朋友相对较多,他们需要的帮助也就更为集中。编写这本《大学新生武汉生活自助指南》,正是顺应大学生朋友的需要,希望能为在汉的学子起到生活上的帮手作用。

在这本书中,我们针对大学生的现状、特点和生活需求,提供了认识武汉、出行交通、安全防范、生活体验、健康顾问、购物旅游等方面的资讯,该书是一本内容丰富、实用性强的校园读物。

编者还在初版的基础上,根据高校师生和学生家长的建议,对本书作了进一步的充实和修正,使《大学新生武汉生活自助指南》真正成为大学生在汉学习、生活的贴心朋友。

“帮助丛书”是以促进社会和谐、倡导民生关怀为宗旨的公益性图书,旨在结合社会生活中发生的各种变化和进步,编辑、出版实用服务型系列读物,从而更好地、更有效地帮助社会大众,服务普通百姓,使“帮助丛书”成为关注社会、关怀民生的一座桥梁。

“帮助丛书”编辑室

2007年7月8日

# 目 录

|                |      |
|----------------|------|
| 认识武汉篇.....     | (1)  |
| 一、话说武汉三镇 ..... | (2)  |
| 1. 武昌 .....    | (2)  |
| 2. 汉口 .....    | (3)  |
| 3. 汉阳 .....    | (4)  |
| 二、老街老景 .....   | (5)  |
| 1. 阅马场 .....   | (6)  |
| 2. 卓刀泉 .....   | (6)  |
| 3. 民众乐园 .....  | (7)  |
| 4. 中山公园 .....  | (8)  |
| 5. 户部巷 .....   | (8)  |
| 6. 胭脂路 .....   | (9)  |
| 7. 月湖 .....    | (10) |
| 8. 汉正街 .....   | (10) |
| 9. 龟山、蛇山 ..... | (11) |
| 10. 六渡桥 .....  | (12) |
| 11. 龙王庙 .....  | (12) |
| 12. 起义门 .....  | (13) |
| 三、汉腔汉调.....    | (13) |
| 1. 称谓常用语 ..... | (14) |
| 2. 生活常用语 ..... | (14) |
| 3. 聊天常用语 ..... | (14) |
| 4. 争嘴常用语 ..... | (15) |
| 四、汉味风情.....    | (16) |

|                                        |      |
|----------------------------------------|------|
| 1. 汉味传统小吃 .....                        | (17) |
| 2. 武汉知名美食街、特色饮食店便览 .....               | (18) |
| <b>出行交通篇</b> .....                     | (21) |
| 一、武汉市内公交车次和运营线路精选 .....                | (22) |
| 二、武汉过江轮渡开船时刻安排 .....                   | (59) |
| 三、武汉市内主要长途汽车客运站、火车站、机场<br>订票咨询电话 ..... | (60) |
| 四、武汉市交通服务投诉电话 .....                    | (63) |
| <b>安全防范篇</b> .....                     | (64) |
| 一、教你防骗术 .....                          | (64) |
| 1. 身份证不能借人买手机 .....                    | (64) |
| 2. ATM机安全取款有七招 .....                   | (65) |
| 3. 安全使用银行卡“八不要” .....                  | (66) |
| 4. 如何识别假币 .....                        | (66) |
| 5. 学校门前的六大骗钱术 .....                    | (67) |
| 6. 求职应聘当心谋财“陷阱” .....                  | (69) |
| 7. 大学生求职典型陷阱 .....                     | (69) |
| 8. 如何预防上“黑中介”的当 .....                  | (70) |
| 9. 业余时间打工,为何签订一份书面<br>协议好 .....        | (70) |
| 10. 电信诈骗七种陷阱 .....                     | (71) |
| 11. 手机防盗“三要” .....                     | (72) |
| 12. 手机短信恶意收费的取消办法 .....                | (72) |
| 13. 电话行骗常见手法 .....                     | (73) |
| 14. 网络金融诈骗三种手段 .....                   | (73) |
| 15. 识别网络骗钱六招 .....                     | (74) |

|                           |      |
|---------------------------|------|
| 16. 在长途汽车站如何防骗 .....      | (75) |
| 17. 如何识别假火车票 .....        | (76) |
| 18. 火车站常见七大骗术 .....       | (77) |
| 19. 警惕网络销售陷阱 .....        | (78) |
| 20. 当心“挂 MP4 卖 MP3” ..... | (78) |
| 21. 购手机“三防” .....         | (79) |
| 22. 新版火车票票面六大变化 .....     | (79) |
| <b>二、教你防盗抢</b> .....      | (80) |
| 1. 学生宿舍防盗须知 .....         | (80) |
| 2. 寝室被盗高发时间段 .....        | (81) |
| 3. 在车站、码头如何防盗 .....       | (81) |
| 4. 当心黑客软件入侵盗密 .....       | (82) |
| 5. 外出免遭抢劫六要点 .....        | (82) |
| <b>三、教你遇险自救</b> .....     | (83) |
| 1. 沙漠探险自救 .....           | (83) |
| 2. 洞穴探险自救 .....           | (83) |
| 3. 高山探险自救 .....           | (84) |
| 4. 大楼火灾逃生“三注意” .....      | (85) |
| 5. 冬季火灾预防“三注意” .....      | (86) |
| 6. 雷雨天如何防止雷击 .....        | (86) |
| 7. 烧伤的急救知识 .....          | (87) |
| 8. 烫伤的应急处理 .....          | (88) |
| 9. 化学烧伤的应急处理 .....        | (89) |
| 10. 电击伤的应急处理 .....        | (90) |
| 11. 游泳遇险应急处理 .....        | (90) |
| 12. 日常受伤急救法 .....         | (91) |
| 13. 吃扁豆中毒怎么办 .....        | (97) |

## 生活体验篇 ..... (98)

### 一、金融常识 ..... (98)

1. 武汉市主要商业银行 ..... (98)
2. 商业银行专线咨询电话 ..... (98)
3. 个人活期储蓄如何办理开户 ..... (99)
4. 如何妥善保管银行卡 ..... (100)
5. 刷卡消费时注意收银员的操作 ..... (100)
6. 刷卡交易为何会有差错 ..... (100)
7. 刷卡如何避免交易差错 ..... (101)
8. 怎样发掘一卡多账户功能 ..... (101)
9. 怎样办理异地取款最划算 ..... (101)
10. 如何实现网上银行转学费 ..... (102)
11. 银行卡不宜太多 ..... (102)
12. 巧用银行卡“增收” ..... (102)
13. 哪种残缺破损的人民币不能兑换 ..... (103)
14. 怎样办理银行挂失手续 ..... (103)
15. 助学贷款申请办理程序 ..... (104)
16. 五种助学渠道为求学解忧 ..... (104)
17. 收到的汇款如何转邮政储蓄 ..... (105)
18. 丢失汇款通知单怎么办 ..... (105)
19. 国内特快专递邮件时限 ..... (105)
20. 国内特快专递邮件资费 ..... (106)
21. 邮政礼仪业务资费 ..... (106)

### 二、法制生活 ..... (107)

1. 《消费者权益保护法》规定的消费者的  
权益有哪些 ..... (107)
2. 什么是仲裁 ..... (108)
3. 仲裁有哪些特点 ..... (109)

|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| 4. 仲裁当事人 .....                      | (110) |
| 5. 仲裁当事人的权利 .....                   | (111) |
| 6. 公证与鉴证的区别 .....                   | (111) |
| 7. 公证与保证的区别 .....                   | (112) |
| 8. 哪些事项需要办理公证 .....                 | (113) |
| 9. 劳动争议案件向法院诉讼有何条件 ...              | (114) |
| 10. 劳动争议超过仲裁时效,法院是否受理<br>.....      | (115) |
| 11. 用人单位解除劳动合同有哪几种法定<br>情形 .....    | (115) |
| 12. 法律规定劳动者享有哪些权利 .....             | (116) |
| 13. 什么是旅游意外保险制度 .....               | (117) |
| 14. 旅游意外保险的赔偿范围与金额 .....            | (117) |
| 15. 旅游意外保险如何赔偿支付 .....              | (118) |
| 16. 什么是行政复议 .....                   | (118) |
| 17. 行政复议对公民有什么用处 .....              | (119) |
| 18. 对行政机关的哪些行为不服可以申请<br>行政复议 .....  | (119) |
| 19. 行政复议申请书向哪个行政机关递交<br>.....       | (120) |
| 20. 各公证处出具的公证书是否具有相同<br>的法律效力 ..... | (120) |
| 21. 哪些事项可以申请法律援助 .....              | (121) |
| 22. 司法救助的条件和范围 .....                | (121) |
| 23. 什么是起诉? 怎样区分民事诉讼和<br>行政诉讼 .....  | (122) |
| 24. 向人民法院请求保护民事权利的诉讼<br>时效有多久 ..... | (123) |

25. 什么是违法？它有哪些种类 ..... (123)
26. 委托他人代理应注意什么问题 ..... (124)
27. 商家自定“最低消费额”是否合法 ..... (125)
28. 公民个人储蓄有何保护规定 ..... (125)
29. 企业向求职者收取风险抵押金合法吗  
..... (126)
30. 哪些案件公民可以直接向人民法院  
起诉 ..... (127)

### 三、省钱理财 ..... (128)

1. 如何养成省钱习惯 ..... (128)
2. 学会合理支配生活费用 ..... (129)
3. 养成理财好习惯 ..... (129)
4. 看病如何最省钱 ..... (130)
5. 超市购物省钱窍门 ..... (130)
6. 换季购衣可省钱 ..... (130)
7. 正确使用电脑可省电 ..... (131)
8. 求职用电脑收发传真省钱 ..... (131)
9. 购数码产品省钱三招 ..... (132)
10. 使用数码相机如何省电 ..... (133)
11. 怎样用电池才节电 ..... (133)
12. 手机电池再生有术 ..... (133)
13. 暑期购机票省钱三招 ..... (134)

### 四、生活窍门 ..... (134)

1. 为何要保存小票据 ..... (134)
2. 六种“问题蛋”不要吃 ..... (135)
3. 为何空腹不宜吃柿子 ..... (135)
4. 如何巧剥橙子皮 ..... (135)
5. 为什么有些水果和海鲜不能同食 ..... (136)

|                         |              |
|-------------------------|--------------|
| 6. 让开水快速变冷的小窍门 .....    | (136)        |
| 7. 五种开水不要喝 .....        | (136)        |
| 8. 如何识别掺假蜂蜜 .....       | (136)        |
| 9. 豆浆五种不宜的喝法 .....      | (137)        |
| 10. 怎样除掉衣物上粘连的口香糖 ..... | (137)        |
| 11. 在外干洗衣物要注意什么 .....   | (137)        |
| 12. 衬衣宜用冷水洗 .....       | (138)        |
| 13. 新内衣要洗后再穿 .....      | (138)        |
| 14. 处理穿鞋导致脚臭的小窍门 .....  | (138)        |
| 15. 下午买鞋最合适 .....       | (139)        |
| 16. 保证镜片清洁明亮的方法 .....   | (139)        |
| 17. 如何鉴别有毒的塑料袋 .....    | (139)        |
| 18. 盐水洗头可防治掉头发 .....    | (139)        |
| 19. 为何信号不好时最好不开手机 ..... | (140)        |
| 20. 日常如何护理手机 .....      | (140)        |
| 21. 如何预防手机病毒 .....      | (140)        |
| 22. 土办法可救光盘 .....       | (141)        |
| 23. 风油精可清除涂改液 .....     | (141)        |
| 24. 数码相机“四防” .....      | (141)        |
| 25. 如何除去衣服上的汗渍 .....    | (142)        |
| 26. 巧除口腔异味 .....        | (142)        |
| <b>五、社交礼仪 .....</b>     | <b>(143)</b> |
| 1. 与人交谈 .....           | (143)        |
| 2. 与人交往 .....           | (143)        |
| 3. 向人致歉 .....           | (143)        |
| 4. 与人共舞 .....           | (144)        |
| 5. 与人进餐 .....           | (144)        |
| 6. 与老师交往 .....          | (145)        |

|                   |       |
|-------------------|-------|
| 7. 拜访老师 .....     | (145) |
| 8. 与老师交谈 .....    | (146) |
| 9. 进办公室办事 .....   | (146) |
| 10. 参加聚会 .....    | (147) |
| 11. 求职面试 .....    | (147) |
| 12. 职场礼仪 .....    | (148) |
| 13. 女生求职的误区 ..... | (149) |

## 健康顾问篇..... (150)

### 一、男生女生 .....

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 1. 女生易患的妇科病 .....       | (150) |
| 2. 女生有哪些症状时应找妇科医生 ..... | (151) |
| 3. 痤疮为何最“爱”女生 .....     | (151) |
| 4. 警惕经期性腹膜炎 .....       | (152) |
| 5. 胸罩过小可能引发颈椎病 .....    | (152) |
| 6. 女生的腋毛最好不要剃 .....     | (153) |
| 7. 什么是痛经及月经不调 .....     | (153) |
| 8. 经期为何不宜捶打腰和背 .....    | (154) |
| 9. 经期前后三天为何不宜游泳 .....   | (154) |
| 10. 女生多吃米面, 经期心情好 ..... | (155) |
| 11. 女生吃得太咸太甜易脱发 .....   | (155) |
| 12. 女生早晨洗头不可取 .....     | (156) |
| 13. 脸上长斑当心妇科病 .....     | (156) |
| 14. 妇科病与心情有关 .....      | (157) |
| 15. 人流术后悉心保养 .....      | (157) |
| 16. 男生愤怒易患牙龈疾病 .....    | (158) |
| 17. 西红柿为何是男生的好朋友 .....  | (158) |
| 18. 男生长期上网为何容易脱发 .....  | (159) |

|                            |              |
|----------------------------|--------------|
| 19. 趴着睡对男生健康非常不利 .....     | (159)        |
| 20. 为何起床 20 分钟后再刮胡子好 ..... | (159)        |
| 21. 包茎、包皮过长怎么办 .....       | (159)        |
| 22. 几种常见的性传播疾病 .....       | (160)        |
| <b>二、健康须知 .....</b>        | <b>(162)</b> |
| 1. 大学生中常见疾病 .....          | (162)        |
| 2. 忧郁症与抑郁症有何区别 .....       | (162)        |
| 3. 怎样防止粉刺、痤疮 .....         | (163)        |
| 4. 巧用饮食预防感冒 .....          | (163)        |
| 5. 温差大的环境如何防感冒 .....       | (164)        |
| 6. 谨防电脑引起干眼症 .....         | (164)        |
| 7. 谨防电脑辐射致病 .....          | (165)        |
| 8. 什么是亚健康 .....            | (165)        |
| 9. 大学生亚健康主要病因 .....        | (166)        |
| 10. 如何预防常见意外伤害 .....       | (166)        |
| 11. 夏日游泳注意事项 .....         | (167)        |
| 12. 何谓“情绪感冒” .....         | (167)        |
| 13. 如何预防“情绪感冒” .....       | (168)        |
| 14. 服兴奋剂考试可致晕厥或猝死 .....    | (168)        |
| 15. 如何远离颈椎病 .....          | (169)        |
| 16. “上火”时该用啥药 .....        | (169)        |
| 17. 跌打损伤后何时按摩才适宜 .....     | (170)        |
| 18. 购买隐形眼镜护理液须细心 .....     | (170)        |
| 19. 巧除口腔溃疡三法 .....         | (171)        |
| 20. 十滴水治疗冻疮 .....          | (171)        |
| 21. 巧治日常小病 .....           | (171)        |
| 22. 牙膏治脚气 .....            | (172)        |
| 23. 痛经饮食疗法 .....           | (172)        |

24. 妙用金霉素眼膏 ..... (173)
25. 冬季巧用风油精 ..... (174)
26. 抗生素须遵医嘱使用 ..... (174)
27. 戴彩色隐形眼镜时间不宜长 ..... (174)
28. 腹泻如何对症下药 ..... (175)
29. 小虫入耳怎么办 ..... (175)
30. 经常掏耳易致癌 ..... (176)
31. 经期不宜喝茶 ..... (176)
32. 当心喝啤酒导致生病 ..... (176)
33. 面部危险三角区 ..... (177)
34. 保护好体内的“弹簧” ..... (177)

### 三、生活保健 ..... (178)

1. 睡眠“方程式” ..... (178)
2. 为什么手机贴膜伤眼睛 ..... (178)
3. 夏季饮食误区 ..... (179)
4. 冰饮料为何不宜多喝 ..... (180)
5. 巧用花露水除菌 ..... (180)
6. 常用电脑注意手部保健 ..... (181)
7. 夏天健身如何注意补水 ..... (182)
8. 夏季室外运动注意防暑 ..... (182)
9. 夏季运动之后“四不宜” ..... (182)
10. 嘴唇太干贴层保鲜膜 ..... (183)
11. 增强免疫力十法 ..... (183)
12. 八种食物有益醉酒者 ..... (185)
13. 健康解酒十法 ..... (185)
14. 缺维生素自查法 ..... (186)
15. 多吃鱼减轻吸烟的伤害 ..... (187)
16. 女生穿鞋不当会致病 ..... (187)

17. 春困可多吃“钾” ..... (188)
18. 女生每天宜做“五坚持” ..... (188)
19. 摆脱“鼠标手”的小动作 ..... (189)
20. 饭后立即吃水果不好 ..... (190)
21. 女生夏季“三宝” ..... (190)
22. 警惕“电脑病” ..... (191)
23. 郊游如何益智健身 ..... (191)
24. 哪些蔬菜怕“见光” ..... (192)
25. 打手机先摘掉金属眼镜 ..... (193)
26. 睡觉时忌戴四种东西 ..... (193)
27. 常听耳机听力下降 ..... (194)
28. 吃红色食品可防冬季感冒 ..... (194)

#### 四、武汉市(区)卫生局食品卫生、医疗卫生

- 投诉举报电话 ..... (195)

#### 闲情逸致篇 ..... (196)

##### 一、购物常识 ..... (196)

1. 外出购物要注意哪些事项 ..... (196)
2. 遇到商品质量问题应向哪个部门  
投诉 ..... (197)
3. 如何根据肤色搭配服装 ..... (197)
4. 购新手机如何“验身” ..... (197)
5. 如何挑选玉器饰物 ..... (198)
6. 如何选购水晶制品 ..... (199)
7. 为何选配隐形眼镜不能少“基弧” ..... (200)
8. 为什么“赠品”≠“非卖品” ..... (200)
9. 少买切好的水果 ..... (201)
10. 如何放心购买水果礼篮 ..... (201)

## 二、旅游宝典 ..... (202)

1. 旅游途中怎样喝水最好 ..... (202)
2. 旅游路上常备药 ..... (202)
3. 出游运动宜吃巧克力 ..... (203)
4. 为何游山玩水也要增加营养 ..... (204)
5. 女生旅途护理秘方 ..... (204)
6. 为何郊游时不能采摘野蘑菇 ..... (205)
7. 游山玩水晕车怎么办 ..... (206)
8. 到高原旅游要注意哪些问题 ..... (206)
9. 出游不能采的十种鲜花 ..... (207)
10. 目前有哪几种旅游保险 ..... (208)
11. 如何用数码相机拍好夜景 ..... (208)
12. 安全漂流“八项注意” ..... (209)
13. 路边的野菜不要采 ..... (210)
14. 食用野菜四法 ..... (211)

## 三、武汉周边旅游线路 ..... (211)

1. 龙泉山风景区 ..... (211)
2. 白云洞 ..... (212)
3. 木兰山 ..... (212)
4. 素山寺国家森林公园 ..... (212)
5. 新洲道观河 ..... (213)
6. 咸宁温泉 ..... (213)
7. 三角山朝佛鸣钟 ..... (213)
8. 天台山革命圣地 ..... (214)
9. 九畹溪漂流 ..... (214)
10. 文武赤壁 ..... (215)
11. 荆州古城 ..... (215)
12. 大洪山 ..... (215)

|                                             |                  |
|---------------------------------------------|------------------|
| 13. 红安七里坪 .....                             | (215)            |
| 14. 梁子湖 .....                               | (216)            |
| 15. 大别山、天堂寨 .....                           | (216)            |
| <b>四、书香世界 .....</b>                         | <b>(216)</b>     |
| 1. 湖北出版文化城 .....                            | (216)            |
| 2. 武汉图书大世界 .....                            | (217)            |
| 3. 光谷书城 .....                               | (217)            |
| 4. 湖北省图书馆 .....                             | (218)            |
| 5. 武汉图书馆 .....                              | (218)            |
| 6. 武汉三联书店 .....                             | (219)            |
| 7. 席殊书屋 .....                               | (219)            |
| <b>五、消费者投诉电话 .....</b>                      | <b>(220)</b>     |
| <br><b>附录 A 大学生最喜欢的品牌服务 .....</b>           | <br><b>(221)</b> |
| 1. 武汉思博达教育 .....                            | (221)            |
| 2. 文都考研——全国考研辅导知名品牌 .....                   | (223)            |
| 3. 今生收获 学在东方星 .....                         | (226)            |
| 4. 大学生“玩”手机,为什么首选志龙通信?<br>.....             | (229)            |
| 5. 全国信息技术人才培养工程——网页设计师<br>.....             | (231)            |
| 6. 激情感恩 真我告白——“首届大学生感恩心记<br>录”校园活动<br>..... | (234)            |
| <b>后记 .....</b>                             | <b>(235)</b>     |