

快乐生活、快乐居家

小智慧

触动生活无限精彩

我的居家窍门!

吉林科学技术出版社

- 衣——（穿衣配饰，扮美人生） 食——（吃香喝辣，健康第一）
住——（舒适安逸，情趣盎然） 行——（游山玩水，品味生活）
医——（养生保健，妙方治病） 用——（聪明理财，巧手持家）

节约网（www.jieyue.net） 编著



小智慧

触动生活无限精彩

我的居家窍门!

节约网 (www.jieyue.net) 编著



吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

我的居家窍门/ 节约网编著. —长春: 吉林科学技术出版社,
2007. 8

ISBN 978-7-5384-3578-8

I. 我… II. 节… III. 家庭-生活-知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第129117号

我的居家 窍门

WODE
JUJIA
QIAOMEN



节约网 编著

责任编辑: 韩劲松 闻 舒

封面设计: 名晓设计

图文制版: 长春市创意广告图文制作有限责任公司

出 版: 吉林科学技术出版社出版、发行

社 址: 长春市人民大街 4646 号 邮 编: 130021

发行部电话 / 传真: 0431-85677817 85635177 85651759 85651628

编辑部电话: 0431-85630195

电子信箱: kann@163.com

网 址: www.jlstp.com

实 名: 吉林科学技术出版社

印 刷: 长春新华印刷厂

如有印装质量问题, 可寄出版社调换

规 格: 720×990 16 开

24 印张 534 千字

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5384-3578-8

定 价: 26.80 元

本书涵盖了生活中的衣、食、住、行、医、用等6个方面，将购物、清洁、收纳、节约、旅游、养车、美容、健身、食疗、养生、理财等生活窍门和妙招尽收其中，既有实用性，又有创意性，令读者耳目一新。本书为读者提供了6000个实用生活窍点子，并带有目录索引功能，方便查找。



节约网 (www.jieyue.net)

节约网是国内首家综合研究 浪费、环境及相关问题的专业网站。

节约网设有节约动态、节约之路、浪费之罪、节约方法、节约型社会、家庭、国际、华人华侨和节约论坛等26个栏目，设有青年节约网、节约产品网、美国节约网等5个子网站和35个地方频道。

节约网以其优雅、大气、百科全书式的内涵为机关、企事业单位、大专院校、社会公众提供节约环保等丰富的知识信息。

责任编辑 \ 韩劲松 闻 舒

封面设计 \ 名晚设计
13019704230



《家庭收纳1000例》

生活空间最合理使用 定价：29.80 元



《家事一点通1000例》

实现简单快乐的生活 定价：29.80 元



《省钱妙招1000例》

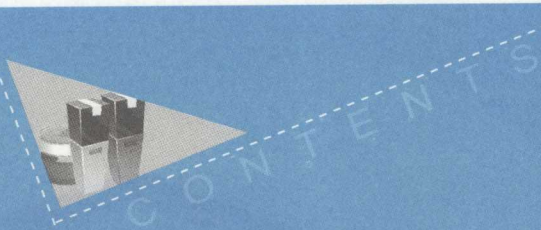
快乐节约的现代生活 定价：29.80 元



《生活小窍门1500招》

百姓生活中的妙招大全 定价：29.80 元

目录



Part1 食

——吃香喝辣，健康第一

第一节：食品鉴别小技巧

第二节：食品储存小技巧

第三节：食品烹调小技巧



Part2 衣

——穿衣配饰，扮美人生

第一节：衣饰选购常识

第二节：穿衣配饰技巧

第三节：清洗养护妙招



Part3 住

——舒适安逸，情趣盎然

第一节：租房买房

第二节：居家装修

第三节：居家清洁

第四节：宠物无忧

第五节：栽花养鱼



Part5 用

——聪明理财，巧手持家

第一节：居家用品选购

第二节：居家理财

第三节：家用电器

第四节：物品妙用



Part4 行

——游山玩水，品味生活

第一节：万水千山走遍

第二节：爱车一族看过来

第三节：知书答理人人爱

第四节：容颜巧装扮

第五节：身材秀出来



Part6 医

——养生保健，妙方治病

第一节：内科疾病

第二节：外科疾病

第三节：五官科疾病

第四节：妇科疾病

第五节：儿科疾病



目录

CONTENTS



Part I 食

——吃香喝辣，健康第一——

第一节：食品鉴别小技巧

主食的鉴别 2
识别新、陈大米招法..... 2
怎样选购米..... 2
怎样鉴别面粉的质量..... 2
怎样挑选面包..... 2
蔬菜的鉴别 2
怎样挑选香菇..... 2
怎样鉴别甘蓝..... 2
怎样鉴别胡萝卜..... 3
怎样鉴别莴笋..... 3
怎样鉴别马铃薯..... 3
怎样鉴别姜..... 3
怎样鉴别黄瓜..... 3
怎样鉴别黄花菜..... 4
怎样鉴别银耳..... 4
怎样鉴别花椰菜..... 4
怎样鉴别蒜苗..... 4
怎样鉴别蒜薹..... 4
怎样鉴别蒜头..... 4
怎样鉴别菠菜..... 5
怎样鉴别新鲜西红柿..... 5
怎样鉴别新鲜黄瓜..... 5
怎样鉴别新鲜洋白菜..... 5
怎样鉴别新鲜茄子..... 5
怎样鉴别新鲜香菇..... 5
怎样巧选笋干..... 5
怎样鉴别化肥豆芽..... 5
怎样鉴别掺假干豆腐..... 5
怎样鉴别油豆腐充水..... 5
怎样辨别催熟的西红柿..... 6
怎样辨别茭白..... 6
怎样鉴别莲藕..... 6
肉、蛋、禽、海鲜的鉴别 6
怎样挑选羊肉..... 6
怎样选购鱼类..... 6
怎样选购带鱼..... 6

怎样选购鲜虾..... 6
怎样识别病猪肉..... 7
识别注水鸡鸭六法..... 7
怎样鉴别囊虫病肉..... 7
怎样鉴别注水肉..... 7
怎样鉴别病死肉..... 7
怎么样挑选螃蟹..... 7
怎样挑选冻猪肉..... 7
怎样鉴别新鲜的猪肝..... 8
怎样鉴别新鲜的猪心..... 8
怎样鉴别新鲜的猪腰..... 8
怎样鉴别新鲜的猪肚..... 8
怎样鉴别火腿..... 8
怎样选购灌肠制品..... 8
怎样选购活鱼..... 8
怎样识别对虾..... 8
水果的鉴别 8
怎样选购西瓜..... 8
怎样选购苹果..... 9
怎样选购香蕉..... 9
怎样选购鲜梨..... 9
怎样选购柚子..... 9
怎样选购草莓..... 9
怎样选购菠萝..... 9
怎样选购葡萄..... 9
什么样的香蕉口味好..... 9
怎样识别香蕉和芭蕉..... 9
怎样挑选荔枝..... 9
怎样挑选龙眼..... 10
怎样挑选柑橘..... 10
怎样挑选莲子..... 10
怎样挑选核桃..... 10
怎样挑选葡萄干..... 10
怎样选购红枣..... 10
怎样鉴别栗子..... 11
调味品的鉴别 11
怎样鉴别食醋..... 11
怎样鉴别食糖..... 11
怎样鉴别豆酱和面酱..... 11
怎样鉴别桂皮..... 11

怎样鉴别真假大料..... 11
怎样鉴别食用植物油..... 11
怎样鉴别芝麻香油..... 12
怎样鉴别黄酒..... 12
怎样鉴别假辣椒粉..... 12
味精外形鉴别..... 12
味精滋味鉴别..... 12
酱油形态鉴别..... 12
第二节：食品储存小技巧
主食的储存 13
怎样存放面包与饼干..... 13
怎样防止米生虫..... 13
塑料袋保存大米法..... 13
草木灰或生石灰保存大米法..... 13
海带保存大米法..... 13
山苍子保存大米法..... 13
白酒保存大米法..... 13
花椒保存大米法..... 13
八角茴香防米生虫法..... 13
檀香防米生虫法..... 13
大蒜、姜片防米生虫法..... 14
怎样贮存花生米..... 14
米饭保鲜防霉..... 14
怎样防止面食品变硬..... 14
馒头保鲜..... 14
面包保鲜..... 14
怎样保存月饼..... 14
怎样储存绿豆..... 14
怎样防止豆类生虫..... 14
蔬菜的储存 14
韭菜清水保鲜法..... 14
韭菜塑料袋保鲜法..... 15
茄子保鲜法..... 15
报纸保鲜蔬菜法..... 15
生菜保鲜法..... 15
香菜保鲜法..... 15
豆角保鲜法..... 15
韭菜、蒜黄的大白菜保鲜法..... 15
西红柿保鲜法..... 15
芹菜保鲜法..... 15

秋天储存大葱的小窍门	15
秋天储存土豆的小窍门	15
秋天储存大白菜的小窍门	16
怎样存放小黄瓜	16
怎样保存黄瓜	16
怎样保存鲜蘑菇	16
怎样贮存冬瓜	16
怎样存放洋葱头	16
怎样保存青椒	16
怎样存放鲜葱	16
怎样防止大蒜干瘪	16
怎样保存香菜	16
怎样保鲜豆腐	16
肉、蛋、禽、海鲜的储存	17
海参的储存	17
鸡蛋保鲜方法一	17
鸡蛋保鲜方法二	17
鸡蛋保鲜方法三	17
鸡蛋保鲜方法四	17
鸡蛋保鲜方法五	17
鸡蛋保鲜方法六	17
鱼的保鲜方法一	17
鱼的保鲜方法二	17
鱼的保鲜方法三	17
鱼的保鲜方法四	17
鱼的保鲜方法五	17
鱼的保鲜方法六	17
夏天保存鲜肉法	18
肉的保鲜方法一	18
肉的保鲜方法二	18
猪肝的保鲜方法	18
怎样收藏海味	18
怎样存放干虾籽	18
怎样存放海蜇	18
怎样贮存香肠	18
怎样收藏咸鱼咸肉	18
怎样收藏火腿	18
怎样储存猪油	19
怎样储存植物油	19
水果的储存	19
苹果的保存	19
香蕉的保存	19
怎样保存西瓜	19
怎样保存柑橘	19
怎样收藏红枣	19
怎样储存葡萄	19
怎样用缸存放苹果	19
怎样保存鲜荔枝	19
第三节：食品烹调小技巧	
主食的烹调	20
和饺子面的窍门一	20

和饺子面的窍门二	20
焯菜水的妙用	20
怎样去饭糊味	20
开水煮饭有好处	20
怎样炸馒头片	20
陈米做新饭小妙招	20
巧制肉馅	20
熬粥不宜加碱	20
巧吃干硬馒头	20
做饭防溢三法	21
让夹生饭变熟	21
夹生饭重煮法	21
啤酒发面蒸馒头更松软	21
大葱尖防止煮饺子破皮法	21
煮饺子不粘皮、粘底妙招	21
盐水发面蒸馒头更松软	21
水里加醋肉馅熟得快	21
冬天发面小技巧	21
饺子煮熟后不粘妙招	21
牛奶和面更好吃	21
怎样煮面条不粘糊	22
快发馒头	22
巧发面	22
巧做馒头	22
如何判断酵面是否发好	22
蒸馒头怎样才能不粘屉布	22
蒸馒头怎样知生熟	22
怎样热陈馒头	22
热剩饭如何去异味	22
饺子菜馅不挤水的窍门	23
电饭煲煮饭技巧	23
蔬菜的烹调	23
香菜什么时候加最好	23
烧菜加醋味道好	23
豆腐怎样去卤水味	23
做菜做咸了怎么办	23
巧剥蒜皮	23
炒青菜脆嫩法	23
土豆去皮技巧	23
巧煮土豆	23
蔬菜在烹制时怎样让它保持鲜绿色	24
煮豆子秘诀	24
西红柿去皮技巧	24
炒青菜的小秘诀	24
炒豆芽小秘诀	24
保持豆腐完整的小秘诀	24
老香菇变嫩法	24
巧洗木耳	24
巧洗蔬菜	24
巧洗香菇	24
巧切洋葱	25

炒蔬菜何时放盐好	25
巧洗干蘑菇	25
炒豆芽如何避免出水	25
豆苗宜用“焯”法烹调	25
巧去大蒜臭味	25
巧炒菜花	25
炒菠菜去涩味有何方法	25
如何除去鲜笋的苦涩味	25
家庭简易涨发银耳的方法	25
烹制胡萝卜应注意什么	25
巧炒花生米	25
怎样炒青椒	26
怎样烧茄子不变黑	26
肉、蛋、禽、海鲜的烹调	26
炒虾仁怎样鲜嫩可口	26
炒鲜虾的窍门	26
炒鸡蛋的窍门	26
巧用“十三香”炖肉	26
巧洗带鱼	26
烧鱼放醋的窍门	26
肉类食品解冻法	26
家禽食品解冻法	26
怎样煮肉使汤更美味	26
怎样煮肉使肉更美味	26
巧切松花蛋	27
用烤箱烤肉防焦窍门	27
煮鸡蛋蛋壳不破的窍门	27
牛奶渍鱼格外香	27
切肥肉的窍门	27
怎样煮排骨营养价值高	27
丸子、松肉的怎样配料更可口	27
怎样去除咸肉辛辣味	27
怎样烧鱼鱼不碎一	27
怎样烧鱼鱼不碎二	27
淘米水洗肉易去脏物	27
带鱼快速去鳞法	27
葡萄酒防煎鱼粘锅法	27
冻鱼做汤保鲜法	28
鲜蛋蒸煮法	28
怎样煮鸡蛋壳不易裂	28
蛋壳破裂怎样煮	28
巧洗猪心肝	28
巧洗猪肠	28
巧洗鱼	28
巧洗冷冻食物	28
煮羊肉去膻法	28
爆羊肉片去膻法	28
巧洗猪肠	28
鱼胆弄破了怎么办	29
巧去鱼腥味	29
巧洗海蜇皮	29

热油煎煎鱼粘锅法	29
生姜煎煎鱼粘锅法	29
挂浆煎煎鱼不粘锅法	29
蛋清煎煎鱼粘锅法	29
巧除鱼鳞	29
巧洗猪肝和猪心	29
巧洗墨斗鱼	29
巧煎鸡蛋	29
巧炒牛肉	29
汆丸子如何才不散	30
怎样烹调冻鱼	30
酱腌菜的自制	30
怎样腌制五香咸蛋	30
怎样做甜姜	30
怎样腌青椒	30
怎样做辣萝卜	30
怎样自腌咸蛋	30
怎样做泡辣椒	30
怎样做韩国泡菜	31
怎样腌韩国辣白菜	31
怎样腌糖醋蒜	31
腌酸辣萝卜干	31
饮食宜忌	31
经常饮点红酒可以减少血管硬化	31
不宜空腹吃的水果	32
四种人不宜吃豆腐	32
胡萝卜与萝卜不宜混合做成泥酱	32
儿童不要过量食用胡萝卜	32
不能吃青西红柿	32
不要吃无根豆芽	32
香菇不要用水浸泡	32
不要吃未炒熟的豆芽菜	32
不要给儿童过多地吃菠菜	32
不要给儿童吃没用沸水焯过的苦瓜	33
韭菜做熟后不要存放过久	33
不要把绿叶蔬菜长时间地焖煮着吃	33
速冻蔬菜不要煮得时间过长	33
不要食用没煮熟的四季豆	33
不要吃发芽和变青的土豆	33
不要食用新鲜黄花菜	33
不要食用变色的紫菜	33
老年人吃水果八大注意	33
做凉拌菜要注意防病	34
老年人要注意饮食和营养	34
适于哮喘病人的食物	34
不吃早餐易得胆结石	34
孕妇应多吃哪些食物	34
牛奶可以驱铅	34
老年人宜吃淡食	34
缺铁性贫血与饮食	34
哪些食品有固齿功用	35

经期不宜吃酸辣生冷食品	35
海带可以抗辐射	35
血豆腐可以抗粉尘	35
黑木耳可以抗镭	35
大蒜可以抗亚硝酸	35
吃汤泡饭易得胃病	35
不能用茶叶煮鸡蛋	35
鸡蛋豆浆不能同吃	35
消化性溃疡患者宜常喝牛奶	36
贫血病人多吃什么食物好	36
冠心病患者应多吃些什么食品	36
吃海鲜有四不宜	36
八种容易致癌的食物	36
忌食鲜黄花菜	37
服用四环素类药物不宜吃豆腐	37
喝烫过的白酒对人体有益	37
柿子螃蟹不能同吃	37
维生素河海虾不能同吃	37
火腿乳酸饮料不能同吃	37
甜食与苦健胃药不能同吃	37
牛奶巧克力不能同吃	37
豆腐菠菜不能同吃	37
烧豆腐不可放葱	37
茶与黄连素不能同吃	38
酒、果汁与阿司匹林不能同吃	38
咖啡可乐与布洛芬不能同吃	38
牛奶、果汁与抗生素不能同吃	38
香蕉、橘子与利尿剂不可同吃	38
奶酪、肉制品与抗过敏药不能同吃	38
菠菜与钙片不能同吃	38
牛奶与止泻药不能同吃	38
煮豆浆的宜忌	38
萝卜与滋补类中药不能同吃	38
西柚汁与降压药不能同吃	38
豆腐与海带混合烹制好	39
鲜鱼与豆腐同吃营养价值高	39
猪肝与菠菜同吃营养价值高	39
羊肉与生姜同吃有营养	39
鸡肉与栗子同吃有营养	39
鸭肉与山药同吃有营养	39
瘦肉与大蒜同吃有营养	39
鸡蛋与百合同吃有营养	39
芝麻与海带同吃有营养	39
豆腐与萝卜同吃有营养	39
红酒与花生同吃有营养	40
不能混吃的食物	40
食物相克两小时内不可同吃	40
食物与中药的搭配忌讳	40
女性不宜多吃烧烤肉	40

Part2 衣

——穿衣配饰，扮美人生

第一节：衣饰选购常识

怎样挑选服装	42
男西裤的选择技巧	42
男西装大小的选购窍门	42
男西装颜色的选购窍门	42
男西装面料的选购窍门	42
男西装做工的选购窍门	42
男士要有几套西装	42
选衣时如何试穿	42
西装质量鉴定法	43
男士衣橱必备	43
女性的衣橱必备	43
如何巧选羽绒服	43
皮装选购的窍门	43
皮毛一体服装选购的窍门	43
皮草选购的小窍门	43
羊绒制品选购的窍门	44
冬季裙子面料选购的窍门	44
中年妇女选衣技巧	44
巧选孕妇上装	44
巧选孕妇裤装	44
根据身材巧选裙装	44
根据身材巧选裤装	45
根据脸型巧选毛衣	45
T恤的选择	45
巧选童帽	45
巧为1~6月的宝宝选衣	45
巧为7~12月的宝宝选衣	45
巧为幼儿阶段宝宝选衣	45
女士西服面料的选配技巧	46
胸罩选购法	46
胸部娇小者的内衣选择	46
鞋子及配饰的选购技巧	46
上班族怎样买鞋	46
什么时间去购鞋最好	46
怀孕期间怎样选鞋	46
皮鞋质量鉴定法	46
优质皮鞋鉴别法	47
选择什么样的皮鞋最好	47
皮鞋底质量鉴别法	47
鞋子型号识别法	47
怎样确定购鞋的理想尺码	47
检查皮鞋质量好坏的小窍门	47
试穿平底鞋的小窍门	47
怎样选鞋能让你看起来更高挑	47
粗跟厚底鞋怎样搭配效果才好	47
如何鉴别帽子质量	48

围巾选购法	48
新旧鞋号换算法	48
冰鞋选购法	48
领带质量的鉴别	48
帽子的选择技巧	48
长统薄丝袜选配法	48
选配纽扣的技巧	48
腰带选用法	49
衣物质量型号的鉴别技巧	49
帽子尺码选定法	49
牛仔裤质量鉴定法	49
国外织物品质标识别法	49
挑选毛料的妙法	49
布匹等级识别法	50
衣料质量鉴定法	50
丝绸真假鉴别法	50
真假丝棉鉴别法	50
丝棉等级识别法	50
棉纺织品鉴别法	50
麻纺织品鉴别法	50
毛纺织品鉴别法	50
丝纺织品鉴别法	50
粘胶纺织品鉴别法	51
马海毛真假鉴别法	51
驼毛真假鉴别法	51
兔毛衫真假鉴别法	51
羊毛衫尺寸选定的技巧	51
羊毛衫质量鉴定的技巧	51
识别假皮革服饰的技巧	51
裘皮服装质量鉴定法	51
裘皮服装真假鉴定法	51
首饰的鉴别选购技巧	52
黄金饰品标记怎么看	52
彩色金首饰标记怎么看	52
白金首饰标记怎么看	52
白银首饰标记怎么看	52
锻压金首饰标记怎么看	52
什么是925 银饰品	52
如何识别真假白金	52
和田玉的鉴别	53
真假翡翠的鉴别	53
翡翠选购常识	53
珍珠选购常识	53
真假珍珠的鉴别	53
如何用手摸的方式来鉴别钻石的真假	53
如何用铅笔鉴别钻石的真假	53
钻石首饰计量法	53
宝石选购技巧	54
如何区分蓝宝石与合成蓝色宝石	54
肉眼鉴别宝石四忌	54
看内圈上的印鉴识戒指	54

如何通过硬度鉴别真假水晶石	54
如何通过纹理比较鉴别真假水晶石	54
如何通过透明度鉴别玛瑙	54
玛瑙选购常识	54
纯钨饰品的弱点	54
第二节：穿衣配饰技巧	
女士穿衣的技巧	55
女士西装穿着技巧	55
女士正装搭配衬衫的技巧	55
女性正装配饰的技巧	55
女士正装搭配鞋子的技巧	55
旗袍穿着技巧	55
新娘礼服正确穿着法	55
长裤纤身技巧	55
连身裙纤身技巧	56
矮胖女子穿衣技巧	56
冬天怎样穿长裤才美丽	56
女士家常穿着窍门	56
体胖女子正式场合穿着技巧	56
体瘦女子穿衣窍门	56
越穿越瘦的搭配一	57
越穿越瘦的搭配二	57
越穿越瘦的搭配三	57
越穿越瘦的搭配四	57
越穿越瘦的搭配五	57
越穿越瘦的搭配六	57
越穿越瘦的搭配七	57
职业女性着装攻略一	57
职业女性着装攻略二	57
职业女性着装攻略三	57
职业女性着装攻略四	57
丰满型身材与服装的搭配	57
苗条型身材与服装的搭配	58
外衣与内衣的搭配技巧	58
寒日巧穿直筒裙	58
娇小型身材与服装的搭配	58
寒日巧穿“A”字裙	58
寒日巧穿百褶裙	58
寒日巧穿套装裙	59
寒日巧穿连衣裙	59
秋天优雅型套装搭配	59
秋天青春型套装搭配	59
冬季衣饰的搭配技巧	59
冬季办公场所的穿衣技巧	59
男士穿衣的技巧	59
男人着装理想色彩搭配	59
矮胖形的男士如何穿衣	60
矮瘦形的男士如何穿衣	60
休闲场合穿什么	60
如何根据肤色搭配服装	60
高胖形的男士如何穿西装	60

穿着西服技巧	60
蓝色系男式西服的搭配选择	60
灰色系男式西服的搭配选择	61
褐色系男式西服的搭配选择	61
西装、衬衫和领带的配色技巧一	61
西装、衬衫和领带的配色技巧二	61
西装、衬衫和领带的配色技巧三	61
西装、衬衫和领带的配色技巧四	61
瘦高型男士如何穿衣	61
男士格子服装怎样搭配	61
修饰身材的技巧	61
双下巴如何修饰	61
较长颈部如何修饰	62
较短颈部如何修饰	62
松弛下颚如何修饰	62
梨子型身材与服装的搭配	62
“O”型腿的着装技巧	62
弥补胸形过大的衣饰	62
弥补胸形细小的衣饰	62
怎样穿能让人看起来特别修长	63
溜肩女子选衣技巧	63
丰臀女子选衣技巧	63
臀部下垂者的服饰巧搭配	63
巧妙掩饰小肚腩一	63
巧妙掩饰小肚腩二	63
巧妙掩饰小肚腩三	63
巧妙掩饰小肚腩四	63
巧妙掩饰小肚腩五	63
巧妙掩饰小肚腩六	63
矮小女子选衣技巧	64
高个女子选衣技巧	64
中年发胖女士穿衣技巧	64
令腿修长的搭配一	64
令腿修长的搭配二	64
四肢粗胖者的服饰搭配	64
腿粗穿裙子技巧一	64
腿粗穿裙子技巧二	64
腿粗穿裙子技巧三	65
腿粗穿裙子技巧四	65
色彩搭配技巧	65
服装色彩搭配技巧	65
体胖者选择色彩的技巧	65
体瘦者选择色彩的技巧	65
服色与环境协调的技巧	65
服色与肤色协调的技巧	65
裙子与肤色的搭配技巧	65
同类色服装搭配技巧	66
相近色服装相配技巧	66
黑色系服装搭配的技巧	66
黑白系服装搭配的技巧	66
花色系服装搭配的技巧	66

绿色系服装搭配的技巧·····66	粗糙皮肤佩戴戒指技巧·····72	胸针佩戴的最佳位置·····77
蓝色系服装搭配的技巧·····66	偏小手型佩戴戒指技巧·····72	第三节：清洗养护妙招
黄色系服装搭配的技巧·····66	多彩花戒的搭配·····72	衣物洗涤小技巧·····78
红色系服装搭配的技巧·····67	黑色钻戒的搭配·····72	手洗内衣小窍门·····78
神秘的紫色搭配一·····67	黄色钻戒与黑色服饰的搭配··73	机洗内衣小窍门·····78
神秘的紫色搭配二·····67	紫色系列戒指与指甲油搭配技巧··73	羊毛织品正确洗涤方式·····78
神秘的紫色搭配三·····67	绿色系列戒指与指甲油搭配技巧··73	有色衣服洗涤方法·····78
鞋帽及饰品的搭配技巧·····67	蓝色系戒指与指甲油搭配技巧··73	尿片布的清洗妙招·····78
女帽与脸型协调法·····67	红色系戒指与指甲油搭配技巧··73	洗衣浸泡最佳时间·····78
领带的搭配技巧·····67	钻石系列戒指与指甲油搭配技巧··73	手套洗涤法·····78
巧穿鞋给牛仔褲添彩·····67	白银及珠宝戒指与指甲油搭配技巧73	保证毛线色泽的洗涤妙招·····78
巧用腰带变造型·····68	根据脸型佩戴耳环的技巧·····73	如何洗涤羊绒衫·····79
鞋与服装款式的搭配·····68	耳环与身材搭配技巧·····73	白球鞋去污法·····79
鞋与服装颜色的搭配·····68	耳环与肤色搭配技巧一·····74	茶水洗涤毛衣妙招·····79
小包与服饰的搭配·····68	耳环与肤色搭配技巧二·····74	用食盐巧洗被染色的白色衣物79
大包与服饰的搭配·····68	耳环与肤色搭配技巧三·····74	用小苏打巧洗被染色的白色衣物79
背、胸和腹部肥胖者配饰技巧68	耳饰与发型的协调技巧·····74	洗衣不缠绕小窍门·····79
男士鞋与裤款式的搭配·····68	细长颈的人佩戴项链的技巧··74	去除衣服极光小妙招·····79
男士鞋与裤颜色的搭配·····69	短肥颈的人佩戴项链的技巧··74	微脏羽绒衣的洗涤·····79
帽子与服饰的搭配·····69	尖形脸的人佩戴项链的技巧··74	较脏羽绒衣的洗涤·····79
领带长短的技巧·····69	圆脸型的人佩戴项链的技巧··74	如何防止羽绒面料上出现皂渍痕80
领带色彩的搭配·····69	方形脸的人佩戴项链的技巧··74	衬衫领子洗涤法·····80
斗篷披肩搭配技巧·····69	长颈的人佩戴颈圈的技巧··74	花布防褪色法·····80
大块方巾披肩搭配技巧·····69	黑衣巧配项链·····74	花露水增艳衣物法·····80
宽版长巾披肩搭配技巧·····69	黑衣巧配丝巾·····75	黑毛织物增黑法·····80
服装穿着的禁忌·····70	黑衣巧配发型·····75	风雨衣洗涤法·····80
女人服饰搭配七忌·····70	颈饰与衣饰的搭配·····75	泡泡纱衣物洗涤法·····80
身材过瘦人士着装禁忌·····70	较胖型女士佩戴首饰技巧··75	麻织物洗涤法·····80
身材丰满人士着装禁忌·····70	清瘦型女士佩戴首饰技巧··75	旅游鞋洗涤法·····80
臀部丰满人士着装禁忌·····70	矮胖型女士佩戴首饰技巧··75	皮手套除污法·····81
腿部较粗人士着装禁忌·····70	偏高型女士佩戴首饰技巧··75	皮帽洗涤法·····81
靴子穿着的禁忌·····70	职业女性怎么戴首饰·····75	人造毛皮衣物洗涤法·····81
身材娇小人士的着装禁忌··70	20岁女性宜戴的首饰·····75	丝绒衣物干洗法·····81
女性夏季着装的禁忌一·····70	20岁女性忌戴的首饰·····76	丝绸衣物洗涤法·····81
女性夏季着装的禁忌二·····70	30岁女人的宜戴佩饰·····76	绒衣绒裤洗涤法·····81
女性夏季着装的禁忌三·····71	30岁女人的忌戴佩饰·····76	衣物泛黄怎么办一·····81
女性夏季着装的禁忌四·····71	休闲装如何搭配首饰·····76	衣服泛黄怎么办二·····81
西装穿戴的禁忌一·····71	翡翠吊坠怎样配衣才迷人··76	围巾洗涤法·····81
西装穿戴的禁忌二·····71	钻石吊坠怎样配衣才迷人··76	洗衣保护纽扣法·····81
西装穿戴的禁忌三·····71	宝石与唇膏的巧妙搭配·····76	洗涤毛衣防起球法·····82
西装穿戴的禁忌四·····71	宝石与肤色搭配技巧·····76	小苏打增白袜子法·····82
西装穿戴的禁忌五·····71	宝石与服装搭配技巧·····76	兔毛衫洗涤法·····82
正式场合穿着禁忌·····71	宝石与妆容的巧妙搭配·····76	绣花织物洗涤法·····82
首饰的搭配技巧·····71	红蓝宝石吊坠怎样配衣才迷人77	棉麻衣服漂白法·····82
戒指、手环和手表搭配技巧··71	如何用首饰打破职业装的单调性77	丝、毛织物漂白法·····82
肤色偏黄的人佩戴戒指技巧··72	与职业装最相配的两件首饰··77	恢复羊毛衫光泽与柔软度的方法··82
肤色偏粉红的人佩戴戒指技巧72	隆重场合如何佩戴首饰·····77	防止羊毛衫衣物缩小的方法82
肤色偏黑佩戴戒指技巧·····72	礼服与首饰搭配技巧一·····77	醋去除衣袜异味法·····82
指短的人佩戴戒指技巧·····72	礼服与首饰搭配技巧二·····77	橘皮漂白衣物法·····82
指粗的人佩戴戒指技巧·····72	手镯佩戴技巧·····77	巧洗白球鞋不留黄迹·····82
指关节粗大的人佩戴戒指技巧··72	胸针如何与服装搭配·····77	衣物熨烫小技巧·····83

有色衣服熨烫方法	83
瓷砖助熨法	83
衬衫熨烫的窍门	83
花边熨烫法	83
服装熨烫挺括法	83
各类织物熨烫法	83
直筒裙熨烫法	83
巧除衣物熨焦痕迹	83
巧除化纤衣料熨焦痕迹	83
巧用洋葱去除熨焦法	83
熏蒸去除熨焦法	84
细盐去除熨焦法	84
苏打粉去除熨焦法	84
砂纸去除熨焦法	84
砂糖去除熨迹法	84
曝晒去除熨焦法	84
醋去除熨迹法	84
绸料衣物熨焦处理方法	84
巧熨折裱裙	84
凸花纹毛衣熨烫法	84
腈纶厚绒围巾熨烫法	84
羊毛围巾熨烫法	85
丝织围巾熨烫法	85
化纤织物熨烫法	85
衣物去渍小技巧	85
巧除衣物上的油墨	85
巧洗衣物上印油迹	85
巧除衣物上机油污迹	85
食盐巧除衣物汗渍	85
食醋巧除衣物汗渍	85
冬瓜巧除衣物汗渍	85
生姜去除汗渍法	85
清洗衣服上油漆妙法	85
清洗衣物上草渍妙法	86
清洗染色衣服妙法	86
生姜去除血迹妙法	86
三个小妙方清洗衣服上的酱油渍	86
巧除衣物上的圆珠笔油	86
淡盐水清洗血迹妙法	86
清洗血迹妙法一	86
清洗血迹妙法二	86
清洗血迹妙法三	86
清洗血迹妙法四	86
衣服上新霉斑去除法一	86
衣服上新霉斑去除法二	86
衣服上新霉斑去除法三	86
巧除衣服上的陈霉斑	87
洗掉丝绸衣物上的霉点	87
洗掉呢绒织物上的霉点	87
清除皮制品去霉点	87
去除衣物霉味妙法	87

巧除红药水痕迹	87
巧除紫药水痕迹	87
巧除衣物膏药痕迹	87
巧洗衣物上啤酒渍	87
巧洗衣物上黄酒渍	87
巧洗衣物上果汁新迹	87
巧洗衣物上果汁陈迹	87
巧洗衣物上桃汁迹	88
巧洗衣物上葡萄汁	88
巧洗衣物上柿子迹	88
巧洗衣物上果酱迹	88
巧洗衣物上铁锈迹	88
巧洗衣物上碘酒迹	88
巧洗衣物上黄油迹	88
巧洗衣物上口红印	88
巧洗衣物上新茶渍、咖啡渍	88
巧洗衣物上旧茶渍	88
巧洗衣物上旧咖啡渍	88
不明污渍的去除	88
巧除衣物上蜡烛油	88
巧除衣物上口香糖迹	88
盐水去除尿迹法	89
盐去除胶鞋异味法	89
牙膏去除圆珠笔污迹法	89
牙膏去除衣领衣袖污垢法	89
牙膏去除墨迹法	89
洗洁精去除衣领污垢法	89
洗发膏去除油迹法	89
万能胶污迹去除法	89
铁锈污迹新迹去除法	89
铁锈污迹陈迹去除法	89
苏打去除墨迹法	89
湿泥污迹去除法	89
巧克力污迹去除法	89
汽水去除汤汁污迹法	89
拍打去除污迹法	90
藕汁去除醋渍法	90
呕吐污迹去除法	90
木屑去除油迹法	90
热毛巾去除裘皮服装污迹法	90
米饭去除墨迹法	90
不便水洗的衣物去除油迹法	90
碳素墨水污迹去除法	90
蓝墨水污迹去除法	90
蜡笔污迹去除法	90
可乐污迹去除法	90
皮鞋油污迹去除法	90
巧除圆珠笔污迹	90
红药水污迹去除法一	91
红药水污迹去除法二	91
番茄酱污迹去除法	91

蛋黄污迹去除法	91
酒精去除油漆污迹法	91
酒精去除油迹法	91
酒精去除松木油污迹法	91
酒精去除碘酒污迹法	91
红墨水污迹去除法	91
高锰酸钾污迹去除法	91
复写纸污迹去除法	91
凡士林去除皮革油污法	91
蛋清去除皮衣污迹法	91
醋去除圆珠笔污迹法	91
去除黄药水污迹法	91
茶汁去除蛋清污迹法	92
不明原因污迹去除法	92
冰淇淋污迹去除法	92
白糖去除醋渍法	92
氨水去除尿迹法	92
氨水去除奶迹法	92
用生姜去除衣物黄泥渍	92
去除灯芯绒衣物上的胶迹	92
衣物保养收藏小技巧	92
内衣收藏防泛黄法	92
拉链的保养	92
巧给衣物薰香	92
衣物防霉法	92
石灰去除鞋湿法	93
牙膏擦皮鞋法	93
微波炉防羊毛衫蛀蚀	93
吸尘器烘干湿鞋	93
羽绒服贮存法	93
衣架吊挂裤子法	93
衣服悬挂除皱法	93
衣服分类收藏法	93
羊毛衣物收藏法	93
羊毛衫缩小法	93
羊毛衫罗口伸缩性恢复法	93
羊毛衫发硬回软法	94
羊毛衫暗补法	94
西装预防变形法	94
微波炉快干衣物法	94
微波炉加热内衣法	94
糖水柔软皮革法	94
塑料薄膜助衣领挺括法	94
丝绒衣物除光法	94
乳胶助衣领挺括法	94
裘皮衣物收藏法	94
鞋收藏法	94
皮鞋皮面软化法	95
皮鞋裂痕整修法	95
皮手套发硬变软法	95
皮革衣物收藏法	95

牛奶防皮革干裂法	95
冷霜擦皮鞋法	95
化纤衣物收藏法	95
花椒防衣物虫蛀法	95
涤纶衣物防起球法	95
醋增丝袜坚韧法	95
纯棉衣物收藏法	95
衬衫领子外翘防止法	95
衬衫领子保洁法	96
长毛绒倒伏复原法	96
长裤变形复原法	96
茶叶燃烟去除新布异味法	96
薄丝袜寿命延长法	96
爆竹防止衣物虫蛀法	96
白球鞋保洁法	96
白皮鞋去污法	96
白酒去除胶鞋异味法	96
衬衣领去皱法	96
领带去皱法	96
女士皮质手袋保养法	97
衣物放樟脑丸的方法	97
有色衣服保养方法	97
皮鞋保养技巧	97
丝绸衣物保养技巧	97
毛料西装保养方法	97
缩小毛衣恢复原状的方法	97
棉麻服装的收藏	97
呢绒服装的收藏	98
化纤服装的收藏	98
皮革服装的收藏	98
电动剃须刀可修整衣服	98
小妙招保证白毛衣光洁如新	98
内衣保养小窍门	98
如何保存内衣	98
如何收藏丝绸服装	98
如何收藏白色丝绸服装	98
如何收藏花色丝绸服装	99
如何收藏丝绒衣物	99
皮鞋光彩持久小妙招	99
反晒法防衣服褪色	99
酸洗法防衣服褪色	99
棉衣收藏要领	99
毛线衣物收藏要领	99
针棉织品收藏要领	99
浅色皮凉鞋去污妙招	99
除去新衣残留甲醛小妙招	99
深色皮鞋去污妙招	99
皮凉鞋收藏妙招	99
防止兔毛衫掉毛小妙招	99
衣物收纳原则	100
当季备穿衣物收纳	100

男女衬衫收纳妙法	100
首饰的清洁和保养	100
珍珠饰品的清洗	100
珍珠饰品的保养	100
珍珠保养不近清水	100
珍珠链保养妙招	100
钻石保养小窍门	101
自己动手清洗钻石	101
金首饰清洗	101
银首饰清洗	101
恢复珍珠往日的光彩小妙招	101
首饰保养从细处做起一	101
首饰保养从细处做起二	101
首饰保养从细处做起三	101
首饰保养从细处做起四	101
首饰保养从细处做起五	101
翡翠玉镯坏了巧修理	101
保养银饰小窍门	102
可以用牙膏清洗珠宝吗	102
可以经常抚摸珠宝吗	102
经常使用超音波洗净机好吗	102
珠宝佩戴的正确顺序	102
随身小珠宝袋的妙用	102
银首饰的简易护理	102
宝石首饰保养的技巧	102
翡翠首饰保养的技巧	102
祖母绿首饰保养的技巧	102
欧泊首饰保养的技巧	103
紫晶首饰保养的技巧	103
珊瑚首饰保养的技巧	103
孔雀石和绿松石首饰保养的技巧	103
青金石首饰保养的技巧	103
宝石玉器的家庭清洗保养	103
保护宝石指甲油的妙用	103
金首饰清洗小窍门	103
金银首饰抛光法	103
宝石戒指清洗法	103
银饰品发黑了怎么办	104
钻饰保养的方法	104
铂金首饰清洗保养技巧	104
水气对饰品的伤害	104
水晶制品的保养	104
低硬度饰品的保养	104
高硬度饰品的保养	104
自来水不可清洗珍珠	104
珍珠首饰的简易护理	104



Part 3 住

——舒适安逸, 情趣盎然

第一节: 租房买房

租房买房常识	106
什么是住宅的套型和户型	106
什么是跃层式住宅	106
什么是复式住宅	106
什么是住宅的开间	106
什么是住宅的进深	106
什么是住宅的层高	107
什么是住宅的净高	107
什么是单位住房基金	107
个人可以享受到哪些土地增值税优惠政策	107
买房子面积如何计算	107
什么是住房公积金	108
住房公积金有什么用	108
个人享受住房公积金比例	108
贷款额度计算	108
住宅的使用面积如何计算	108
哪几种房子不能买	108
抵交价要按住房公积金贴现值的80%计算	108
住房公积金用来贷款买房的具体操作流程	109
在什么情况下住房公积金本息可以一次结清退还个人	109
住房公积金由谁交纳	109
看房技巧	109
考察地面	109
考察墙体	109
检查门窗	109
检查管线	109
安全感的要求	109
保健性要求	109
私密性要求	110
灵活性要求	110
舒适性要求	110
看清平面图	110
仔细分析宣传资料	110
要注意慎看模型	110
物业管理内容的安全方面	111
物业管理内容的生活便利方面	111
物业管理内容的费用方面	111
管理公司管理规模越大越好	111
小区内规划合理	111
空间与环境设计	111
有序选择户型	112
管理公司知名度	112

考察楼盘的25项指标	112
购房注意室外景观	112
“三大一小”作房屋格局参考	112
厅与卧室宜独立	113
厅跨最好有3.9米	113
买房技巧	113
如何办理贷款	113
借款人需提供材料	113
开发商办理的贷款	113
开发商违约的处理办法	114
买二手房地理位置是关键	114
买二手房户型面积要选好	114
买二手房房屋产权验仔细	114
买二手房装修结构弄清楚	115
买二手房屋内配置细查看	115
买二手房物业杂费看真切	115
买二手房探访邻里是否和睦	115
买二手房质量看周详	115
买房技巧与策略	115
租房技巧	116
什么时候租房最合适	116
谨防租房骗术	116
独租不如合租	116
合租注意房产证的识别	116
合租注意挑选习性相近的合租伙伴	116
物业管理费、取暖费问题	116
租房寻找有信誉有实力的房屋中介公司	116
租装修全配房不如租空房	117
长年租赁中介费是否要重复收取	117
合租时二房东签合同要当心	117
找中介租房是否可行	117
代理房源的可信度	117
短租不如长租	117
第二节：居家装修	
装修常识	118
居室装饰小窍门9点	118
家庭装修选材	118
装修不要图便宜	119
卧室装修	119
卧室装修技巧之配色	119
卧室装修技巧之不可见隐私	119
卧室装修技巧之不可听隐私	119
卧室装修技巧之环保	119
卧室面积不宜超过20平方米	119
卧室装修技巧之照明	120
中、青年卧室	120
老年人卧室	120
儿童卧室	120
卧室装修技巧之空间	120
卧室洗手间的门不宜正对床	120

卧室不宜有带阳台或落地窗	121
卧室不宜电器过多	121
卧室不宜窗口大、朝东或朝西	121
床正上方的屋顶不宜装有吊灯	121
客厅装修	121
客厅天花宜用白色浅蓝色	121
客厅风格要明确	121
客厅个性要鲜明	122
客厅分区要合理	122
如何让客厅更实用	122
沙发对摆型摆放	123
沙发自由型摆放	123
沙发一字型摆放	123
沙发L型摆放	123
沙发“U”型摆放	123
客厅装修注意5项	123
沙发转角型摆放	123
厨房装修	124
厨房色彩	124
巧装抽油烟机	124
厨房装修按家庭人数规划	124
灶台后墙壁宜铺不锈钢	124
调理台前安装不锈钢棚架	124
墙面或吊柜下钉横杆	124
厨房最好不做敞开式	124
把好装修公司 and 橱柜厂家量准尺寸关	124
水路只能改上水，不能改下水	125
煤气管道的改造要由专业公司负责	125
用吊柜、立柜开拓空间	125
厨房台面选购	125
善用墙面、挂件	125
厨房中的重点收纳	126
厨房装修材料	126
厨房门不可对厕所	126
操作平台的高度	126
炉灶不可放置在横梁下	126
抽屉提高收纳功能	126
厨房装修根据空间面积设计橱柜	126
橱柜转角的利用	126
第三节：居家清洁	
清洁常识	127
居室的全面清洗与保养	127
真皮沙发忌用热水擦拭	127
房间为什么会发暗	127
木地板为什么会不反光	127
卫生间应经常清洗	127
修理痕迹的清理	127
地面和家具保养打蜡	127
如何保养沙发	127
卧室的清洁	127
卧室清洁	127

床罩和床单去屑法	128
床垫污渍去除法	128
保洁垫的妙用	128
要注意卧室的环保	128
不宜在床垫上铺设褥子	128
不宜直接在床垫上铺床单	128
新床垫的塑料薄膜不宜保留	128
旧床垫应早“退休”	128
新弹簧床垫应勤调换	129
怎样保持卧室清洁	129
无毒环保方式清除地毯的蛀虫	129
怎样去除地毯上的蜡油渍	129
怎样去除地毯上的樟脑味	129
用盐去除地毯上的汤汁	129
厨房的清洁	129
微波炉顽垢清除法	129
简易清洗油烟机法	129
锅盖油污清除法	130
菜板消毒法	130
菜板异味去除法	130
磨菜刀的空门	130
擦亮不锈钢水池的妙法	130
厨房里的玻璃制品的洗涤方法	130
巧除壶垢	130
巧擦铝锅	130
厨房玻璃制品去污	130
瓷砖的清洁	131
煤气炉的清洁	131
不锈钢水盆的清洗	131
平底锅的清洁	131
炉台表面的保养	131
门板的保养	131
客厅的清洁	131
真皮沙发的保养	131
硬质墙面的保养	132
贴墙纸墙面的保养	132
布艺沙发日常护理诀窍	132
家庭木地板保养常识	132
去除漆面上水印	132
不要用干抹布擦拭家具表面的灰尘	132
消除家具漆面烫痕	132
除家具焦痕方法	133
木制家具或地板裂缝处理方法	133
卫生间清洁	131
肥皂预防镜面模糊	133
巧除浴缸水垢	133
醋液浸淋浴喷头保通畅	133
涂蜡去霉点	133
驱除卫生间的异味	133
喝剩的可乐洗马桶	133
洗手台的清洁	133

水龙头的清洁	133
--------	-----

第四节：宠物无忧

犬类的饲养	134
饲狗食量控制法	134
犬的定食具、定场所饲喂	134
犬忌吃葱、洋葱等类的食物	134
狗类挑食矫治法	134
犬的定时饲喂	134
犬的定量饲喂	134
驯狗饮食习惯法	134
犬食物的温度	134
犬食具的清洁	134
犬的春季喂养	134
犬的夏季喂养	135
犬的秋季喂养	135
犬的冬季喂养	135
犬忌吃海鲜等易过敏的食品	135
鸡鸭鹅骨不可喂犬	135
犬忌长期吃肝脏	135
犬忌吃巧克力	135
影响犬食欲的因素	136
犬类的训练	136
训犬要夸奖与抚摸	136
训犬口令要清楚	136
幼狗胆怯性格预防法	136
纠正要及时	136
坚绝杜绝体罚	136
随时随地训练	136
训狗时应注意的要点	137
避免多余的夸奖	137
培养适应能力	137
不与别的狗攀比	137
让小狗学习社交技巧	137
驯狗入厕法	137
时钟止狗夜吠法	137
狗吠制止法	137
上下登降训练	137
跳跃训练	138
匍匐训练	138
犬的清洁	138
狗狗的口腔护理	138
如何给狗狗清洗眼睛	138
如何给狗狗清洗耳鼻	138
狗类洗浴法	138
人类容易与宠物交叉感染的寄生虫病	139
狗耳朵为什么会发臭	139
狗狗出现黑眼圈驱除方法	139
怎样处理狗狗的纠结毛团	139
狗狗的趾甲修剪	139
帮狗清耳垢有小技巧	139
狗狗美毛要点	139

长毛犬的梳理	140
短毛犬的梳理	140
猫的喂养	140
猫食品的种类	140
猫的禁忌食品	140
猫不能吃生鱼	140
猫的食物要新鲜	140
猫不能吃素	141
猫不能吃生蛋白	141
肝脏喂养要适量	141
成年猫不宜喂奶	141
不能用狗食喂猫	141
猫食的温度要适中	141
猫要定时喂养	141
喂猫注意食物转换	141
猫的清洁	141
猫洗澡的必需品	141
为猫洗澡的步骤	141
猫洗澡的注意事项	142
猫洗澡后的处理	142
给猫剪指甲的方法	142
清洗耳朵	142
给猫清洗眼睛的方法	142
清洗牙齿	142
短毛猫的梳理	142
长毛猫的梳理	142

第五节：栽花养鱼

花卉的栽培	143
家庭兰花施肥的方法	143
家庭插花的养护	143
家庭居室的绿化	143
鲜花的保养方法	143
家庭种植香草植物薄荷	144
斗雪山茶装扮居室	144
装点居室要靓不要毒	144
装点居室要插不要栽	145
开花期长和开花期短的花	145
植物对寒暑的抵抗力	145
初学者大批种植宜用花苗	145
日照好花能开得多	145
选择健壮的花苗	146
考虑花苗的大小	146
通风好就能茁壮成长	146
在花坛种植要先改良土壤	146
补给适合生长发育的肥料	147
花盆种植和土地种植中浇水的不同	147
修整枯萎和过度伸展的枝	147
花草的培育方式	147
客厅花卉	148
卧室花卉	148
书房花卉	148

阳台花卉	148
庭院花卉	148
冬季室内养花宜喷水	148
鱼类饲养	149
金鱼十二月令饲养表	149
金鱼的日常观察	150
怎样让金鱼美貌常驻	150
金鱼最适宜什么水温	150
家庭饲养金鱼经验之换水	150
家庭饲养金鱼经验之喂食	151
家庭饲养金鱼经验之增氧	151
孔雀鱼尾巴结血丝的处理	151
家庭饲养金鱼经验之防病	151
怎样给金鱼换水	151
白子孔雀产前征兆	151
孔雀鱼的繁殖周期	151
孔雀鱼烂鳃病的处理	152
小孔雀鱼的喂养	152
七彩神仙鱼水的准备	152
七彩神仙仔鱼喂养	152
七彩神仙鱼对鱼缸的要求	152
七彩神仙鱼的雌雄辨别	152
七彩神仙中小鱼的喂养	152
七彩神仙成鱼喂养	152

Part4 行

——游山玩水，品味生活

第一节：万水千山走遍

自驾出游早知道	154
新手第一次跑长途应注意什么	154
自驾游选车技巧	154
自驾游7项准备保平安	154
自驾游高速公路驾驶技巧	154
自驾游山道行车技巧	154
自驾游山道会车技巧	154
自驾游弯道行车技巧	155
自驾游下山行车技巧	155
自驾游雨天行车技巧	155
自驾游爬坡行车技巧	155
自驾游夜间行车技巧	155
自驾游落坑如何自救	155
驾车旅游如何防止颈背痛	155
自驾游途中车抛锚怎么办	156
自驾车出行车辆自备工具清单	156
自驾出游投保指南	156
自助行小背包巧打理	156
自助行大背包巧打理	156
自助行雨天的小常识	156

自驾游普通的省道驾驶技巧	157
在户外遭遇雷电怎么办	157
野外露营如何选择营地	157
自助旅行中怎样利用地图	157
旅行常识要知道	157
旅游怎样登山最安全	157
坐火车旅游怎样省钱	157
出行如何办理人身保险	158
从纸质辨别火车票的真假	158
户外探险旅游注意事项	158
迷路时如何通过手表看方位	158
旅行中可以用山泉水洗脸吗	158
夏季出行穿衣服越少越凉爽吗	158
旅游穿衣指南	158
旅游登山指南	158
旅行中喝啤酒能解暑纳凉吗	159
女士避免出游尴尬必备小玩意	159
带着DV去旅行的准备工作	159
DV拍摄的几点注意事项	159
国内游防身锦囊	159
签订旅行合同注意事项	159
旅行中宜吃哪些食物	159
旅行中如何清洗水果	160
当合法权益受到侵害时如何投诉	160
冬季旅游如何给照相机保暖	160
如何应对行程中临时减少景点	160
行程中导游哪些行为要投诉	160
如何投诉旅行社	160
机票遗失后如何挂失	160
旅途中购物有啥学问	161
出门旅游怎样游览景点	161
旅行中如何做到水果“四不吃”	161
老人孩子旅游注意事项	161
旅行中如何吃水果	161
旅游住宿常识	161
旅游行路常识	161
夏季旅游太阳镜颜色越深越好吗	162
旅游防病小知识	162
旅行中怎样防止发生腹泻	162
告别晕车巧用风油精	162
巧用伤湿止痛膏告别晕车	162
旅途中扭伤怎么办	162
巧用鲜姜告别晕车	162
巧用橘皮告别晕车	162
巧用食醋告别晕车	162
巧掐穴位告别晕车	162
旅游常用药品清单	162
旅途中小腿抽筋的防治	163
旅途中治疗中暑的小妙招	163
旅途中治疗食物中毒的小妙招	163
旅途中止血血的小妙招	163

旅游徒手止头痛	163
旅游徒手止胃痛	163
旅游徒手缓解心绞痛	163
旅游徒手止晕厥	163
旅游徒手治便秘	163
出游发生中暑怎么办	163
旅游性腿脚肿的防治	164
野外被蛇咬伤怎么办	164
旅途中流鼻血怎么办	164
旅途中异物入眼怎么办	164
旅途中飞虫入耳怎么办	164
旅途中晕车怎么办	164
旅途中晕倒怎么办	164
旅途中骨折怎么办	164
旅途中发生心绞痛怎么办	165
旅途中发生胆绞痛怎么办	165
旅途中发生胰腺炎怎么办	165
旅途中发生急性肠胃炎怎么办	165
出境旅行小知识	165
进出境携带哪些物品要交税	165
进出境现金携带限额是多少	165
禁止携带哪些物品入境	165
禁止携带哪些物品出境	165
去欧洲旅行省钱的小窍门	166
出境旅游要了解饭店哪些注意事项	166
出国旅游前如何办理信用卡	166
出国旅游如何使用信用卡	166
去欧洲旅行必带长裤	166
出境游带钱要适量	166
如何挑选修学游旅行社	166
出国游走失了怎么办	166
在欧洲自助游交通如何省钱	167
在欧洲自助游吃饭如何省钱	167
在欧洲自助游住宿如何省钱	167
出国旅游要自备药	167
出国前应做的工作	167
银联卡在国外有哪些限制	168
在国外发生机具吞卡怎么办	168
澳大利亚有哪些禁忌和礼仪	168
新西兰人有哪些禁忌	168
非洲旅游小贴士	168
东南亚游小诀窍	168
印度、尼泊尔等国的禁忌	169
东南亚诸国的禁忌	169
西班牙旅游禁忌	169
匈牙利旅游禁忌	169
英国旅游禁忌	169
亚洲旅游购物指南	169
欧洲旅游购物指南	169
大洋州旅游购物指南	170
北美州旅游购物指南	170

澳大利亚有哪些风俗习惯	170
新西兰有哪些风俗习惯	170
意大利著名景点门票价格	170
日本著名景点门票价格	170
美国著名景点门票价格	170
印度著名景点门票价格	171
英国著名景点门票价格	171
俄罗斯著名景点门票价格	171
法国著名景点门票价格	171
第二节：爱车一族看过来	
恶劣天气驾车技巧	172
雪天出车前做好五查	172
雾天行车如何善用灯光	172
冰雪路面行车注意事项	172
雪天行车如何防止追尾	172
冬季风窗除雾妙招	172
冬季汽车点火妙招	172
冰雪路面拐弯注意事项	173
冬季行车燃油系统的维护	173
冰雪路面停车注意事项	173
冬季除汽车静电妙招	173
冬季汽车点火系统的维护	173
冬季行车冷却系统的维护	173
入冬前如何保养车漆	173
冬季行车润滑系统的维护	174
冬季行车电气系统的维护	174
入冬前汽车轮胎的检查	174
冬季开车有哪些技巧	174
涉水行车	174
入冬前蓄电池的检查	174
为什么雨刷刷过之后防风玻璃还是不清楚	175
在暴雨天气情况下如何安全驾驶	175
涉水后对车做哪些安全检查工作	175
雨天驾驶小心两大“杀手”	175
汽车节油小妙招	175
放空挡可以省油吗	175
车速为多少更省油	175
使用制动更费油吗	175
怎样换挡才省油	175
轿车“体重”与油耗有关吗	176
怎样开空调才省油	176
怠速状态费油吗	176
停车熄火更省油吗	176
定期养护哪些部件能省油	176
急速变速更费油吗	176
何时加油最划算	176
节油三大误区	176
加油加满更科学吗	176
开车如何才能省油	177
高档位小油门可以省油吗	177

选择什么车辆才省油·····	177	如何保护汽车电镀层·····	182	买车高手教你验车三·····	188
使用制动更费油吗·····	177	如何保护汽车车身·····	182	买车高手教你验车四·····	188
车辆保养小知识·····	177	电子系统的综合检测保养窍门	183	买车高手教你验车五·····	188
如何清洁爱车的内部·····	177	可以用低级别的机油代替高级别的机油吗·····	183	买车高手教你验车六·····	188
处理汽车划痕小妙招·····	177	国产名牌机油好吗·····	183	买车高手教你验车七·····	188
汽车保养的妙招一·····	177	可以把备胎当成正常胎使用吗	183	买车高手教你验车八·····	188
汽车保养的妙招二·····	177	使用多级油好吗·····	183	钥匙忘在车内怎么办·····	188
活络油在汽车保养中的妙用	178	新车新手必读·····	183	刹车失灵怎么办·····	188
洗衣粉在汽车保养中的妙用	178	什么样道路不应超车·····	183	灯光发红而暗淡怎么办·····	189
易拉罐在汽车保养中的妙用	178	先踩离合器后刹车对吗·····	183	疲劳驾驶易发生事故的时间	189
纯净水在汽车保养中的妙用·····	178	常常使用大油门对发动机好不好	184	哪些食物有消除疲劳保持清醒的作用·····	189
10分钟让爱车“去斑消痕”·····	178	汽车行驶时将中央门锁锁死好吗	184	高速时向右跑偏怎么办·····	189
夏日怎样预防“开锅”·····	178	高速拐弯时一边踩离合器一边踩刹车行驶安全吗·····	184	自动挡动力异常怎么办·····	189
如何在挡风玻璃上贴标才利于日后清洁·····	178	拐弯或并道时应先看反光镜对吗	184	刹车时异响怎么办·····	189
“开锅”后怎么办·····	178	开车行驶时只注意保持前后车辆的距离就可以吗·····	184	车钥匙转不动怎么办·····	189
雨季汽车如何防潮·····	178	将驾驶座椅调得靠近方向盘对吗	184	新车初驶忌不及时换挡·····	190
如何清洁挡风玻璃上的标志	179	大面积贴太阳膜会影响驾驶吗	184	新车初驶忌操作粗心大意·····	190
间隔多长时间打蜡才好·····	179	转弯同时刹车可以吗·····	184	新车初驶忌不进行首保·····	190
如何清洗车身外表的泥土和灰尘	179	下坡可以空挡滑行吗·····	184	驾车必须克服的不良习惯·····	190
如何分辨轮胎是否还能使用	179	提速超车时首先应观察和判断什么	185	新车初驶忌用油不规范·····	190
灯光昏暗影响照明怎么办·····	179	晚上行驶将前后的雾灯打开更安全吗	185	新车如何进行首次养护·····	190
爱车长期闲置保养工作如何做	179	左脚一直踩离合对车有损害吗	185	新车如何首次清洗车身·····	190
消音器保养窍门·····	179	离合没完全分离可以换挡吗	185	新车初驶忌满载运行·····	190
汽车空调保养窍门·····	179	方向盘转动过大会缩短助力泵寿命吗	185	新车初驶忌紧急制动·····	190
汽车车灯保养窍门·····	179	按摩太阳穴缓解开车疲劳·····	185	柴油发动机出现转速轻微波动的现象正常吗·····	191
自己做电瓶保养的小技巧·····	180	使用低压胎会减少爆胎的概率吗	185	发动机出现轻微冒黑烟或蓝烟的现象正常吗·····	191
自己做电瓶保养时怎样加水	180	速度级别和承载能力与爆胎概率相关吗·····	185	拆换双轮的外侧轮胎时千斤顶应支在哪个部位·····	191
自己如何检查电瓶是否充电正常	180	车辆爆胎怎么办·····	185	拆换前轮胎或后内轮胎时千斤顶应支在哪个部位·····	191
如何才能保持各机件的最长使用寿命·····	180	如何自己动手更换车灯·····	185	新手驾车如何锻炼驾驭能力	191
汽车表面易粘附灰尘怎么办	180	过磨合期的小型车初上高速应如何行驶·····	186	排气管排出淡白色的烟雾现象正常吗	191
养护车胎小妙招一·····	180	不安全的驾驶习惯有哪些·····	186	当你感觉到刹车不如以前好用怎么办	191
养护车胎小妙招二·····	180	新手如何避免闯红灯·····	186	新车如何进行封釉处理·····	191
养护车胎小妙招三·····	180	安全气囊使用的注意事项·····	186	新车怎样限制速度·····	191
养护车胎小妙招四·····	181	如何做到驾车不扣分一·····	186	发动机出现敲缸现象正常吗	192
养护车胎小妙招五·····	181	如何做到驾车不扣分二·····	186	如何保持离合器长久轻松·····	192
三种方法发现机油中的水·····	181	如何做到驾车不扣分三·····	186	新车要小心防冻·····	192
简便方法自行清除发动机火花塞积碳	181	如何做到驾车不扣分四·····	187	新车不宜长时间存放·····	192
汽车常见霉斑清除小妙招·····	181	早晨启动车后发动机异常抖动怎么办	187	如何确定更换刹车片的最佳时机	192
汽车常见口香糖污迹清除小妙招	181	新车在落地时做防锈处理好吗	187	新手开车如何并线·····	192
汽车常见焦油污迹清除小妙招	181	车中容器失火怎么办·····	187	新手如何使用后视镜·····	192
悬挂架保养窍门·····	181	酒精和防冻液失火怎么办·····	187	如何简单防止车辆跑偏·····	193
夏季怎样预防爆胎·····	181	车辆灯光不够亮的原因·····	187	买车要交纳多少购置附加费	193
机油粘度小些好吗·····	181	车辆灯光不够亮怎么办·····	187	买车要交纳多少车船使用税	193
汽车常见油渍污迹清除小妙招	182	买车高手教你验车一·····	187	买车要交纳多少停车场证明费	193
冷却水温度越低越好吗·····	182	买车高手教你验车二·····	187	买车要交纳多少养路费·····	193
车门、行李箱盖、车罩保养窍门	182	开车前最好不要吃的食物有哪些	188	买车要交纳多少保险费·····	193
电动开关车窗保养窍门·····	182				
如何保护车身漆膜·····	182				
如何保护合金轮毂·····	182				