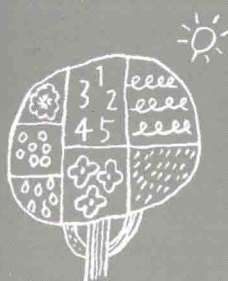
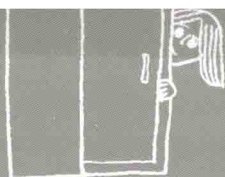
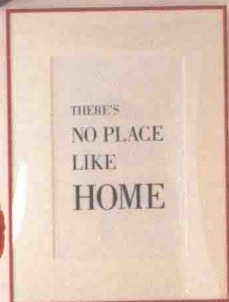


母子 快乐 玩收 纳



〔日〕铃木尚子 著
李昕昕 译





母子齐动手，快乐玩收纳

[日] 铃木尚子 著
李昕昕 译



图书在版编目 (CIP) 数据

母子齐动手, 快乐玩收纳 / (日) 铃木尚子著; 李昕昕译. —武汉: 华中科技大学出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5680-0821-1

I. ①母… II. ①铃… ②李… III. ①家庭生活-基本知识 IV. ①TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 083923 号

湖北省版权局著作权合同登记 图字: 17-2015-059号

© Naoko Suzuki 2014

Edited by MEDIA FACTORY.

First published in Japan in 2014 by KADOKAWA CORPORATION.

Simplified Chinese Character translation rights reserved by

Huazhong University of Science and Technology Press Co., Ltd.

Under the license from KADOKAWA CORPORATION, Tokyo

through CREEK & RIVER Co., LTD, Tokyo

母子齐动手, 快乐玩收纳

[日] 铃木尚子 著 李昕昕 译

策划编辑: 罗雅琴

责任编辑: 高越华

装帧设计: 傅瑞学

责任校对: 九万里文字工作室

责任监印: 周治超

出版发行: 华中科技大学出版社 (中国·武汉)

武汉喻家山 邮编: 430074 电话: (027) 81321913

录 排: 北京楠竹文化发展有限公司

印 刷: 北京科信印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 5

字 数: 90 千字

版 次: 2015 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 35.00 元



华中出版

本书若有印装质量问题, 请向出版社营销中心调换

全国免费服务热线: 400-6679-118, 竭诚为您服务

版权所有 侵权必究

序	2
---	---

儿童房间大改造	16
---------	----

第 1 章	收纳，让妈妈们拥有属于自己的时间	25
--------------	-------------------------	-----------

1 让妈妈们拥有属于自己的时间	26
-----------------	----

2 即使没有楚楚动人，也不至于不能见人	28
---------------------	----

3 先从搭建生活的基石做起	32
---------------	----

4 收拾前先想想家人的幸福吧	36
----------------	----

5 妈妈的工作就是传递美丽	39
---------------	----

6 收纳教会了孩子们……	41
--------------	----

7 “妈妈，收拾东西真好玩！”——收纳的成功秘诀	45
--------------------------	----

8 妈妈的背影是孩子收纳的榜样	47
-----------------	----

9 信守诺言至关重要	49
------------	----

10 做开心的事 成为家中的小太阳	53
-------------------	----

|| 第2章 || 收纳前的思想觉悟篇 ————— 59

先从制定简便收纳的流程做起 ————— 60

收纳三步走之思考篇 ————— 64

Point ① 孩子们能收纳的数量 ————— 66

Point ② 固定收纳的指定位置 ————— 68

Point ③ 收纳方法简单方便化 ————— 72

大脑检测方法 ————— 74

家有右脑先生和左脑小姐 ————— 78

|| 第3章 || 收纳实践篇————— 83

收纳三步走之实践篇————— 84

Step ① 选择 ————— 86

Step ② 收纳 ————— 92

Step ③ 延伸 ————— 96

慢慢来，这点很重要！ ————— 100

第4章	孩子们的物品大改造	103
	欢迎来到孩子们的房间	104
	收纳的要点	107
	女儿的房间	108
	自己的物品自己管理	110
	儿子的房间	116
Case 1	M家：宝宝出生！成为三个儿子的母亲！	122
Case 2	Y家：即将步入小学的儿子	130

|| 第 5 章 || 家有收纳良方 ————— 141

收纳用品大推荐————— 142

日常用品 / 文件 / 作品 / 纪念品 / 发饰 / DVD / 杯子 / 智力游戏 / 胶带 / 便笺纸 / 隔断 / 隔断盒 / 衣架 / 盒子 / 文件夹

第6章	致妈妈们：加油！	
	铃木家的创意	151
加油 1：	因为是母亲，所以更要张弛有道	152
加油 2：	点到为止就好	154
加油 3：	爸爸控秘籍	155
加油 4：	不劳者不食	156
加油 5：	你很优秀哦	157
结语		158

A hallway with a wall decorated with colorful pennants, a small basket, a framed quote, and an American flag. The quote reads: "THERE'S NO PLACE LIKE HOME".

母子齐动手，快乐玩收纳

[日] 铃木尚子 著
李昕昕 译

序

我想，迫切地需要这本书的帮助的读者朋友们，一定都被生活的压力追赶着。她们心里一定在想，“要是我家孩子也能自己收拾东西就好了”，“孩子们就会捣乱，房间都不像样了……”在这里，我想在读者朋友们迫不及待地翻开这本书之前，跟大家说一说心里话。

其实，我小时候对收拾房间一窍不通。一步步地攻克难关、克服恐惧，成为收纳达人，还是在我做了母亲以后。

小的时候，不擅长收拾整理的我经常被爸妈训斥。下定决心走上收纳之路，还是在十年前长子刚刚出生的时候。当时我刚刚辞去了工作，一心一意地做起了家庭主妇。与此同时，又被铺天盖地席卷而来的家务育儿等生活琐事愁得天昏地暗。孩子调皮，往往带不出门，就

只能和孩子们一起在家里宅着。

这样一来，和孩子共处的空间也就遭了殃。

清晨，听到孩子的叫唤声，匆匆忙忙停下正在拧干衣服的手，喂牛奶、哄睡着……回过神来已经过了正午时分。脏衣服还没洗，洗好的衣服还没晒，没有收拾的东西散落一地到处都是。东西本身就多，再加上没有收拾，整个房间简直就像一个垃圾场。久而久之，整个人的心情都不好了。

不知是“物乱则心乱”，还是“心乱则物乱”，但可以肯定的是，当时做什么都不顺利，对孩子心生倦怠，夫妻关系也变得紧张起来。家里常常弥漫着浓浓的火药味，心情不好的我常常莫名其妙地大发脾气。

在这种没着落的状态中蛰伏了一段时间后，我突然想明白了：“我的不开心只能让周围的人感到痛苦，除此以外不会给现在的生活带来任何转变！我必须改变生活！”心生此念后，我开始了人生的一次重大转折——清理抽屉。

“收纳，改变生活的魔法！”

亲身感受到这一点后，我迫不及待地将这种感受分享给身边的每一个人，又刊载在自己的博客上……终于取得了资格证书，成为了生

活收纳达人并开始了自己的事业。我通过切身感受，立足于“收纳，与内心息息相关”这一点，得出了“收纳生活，要从整理重要的价值理念和思路开始”这一结论。

成为生活收纳达人之后，我登门拜访了很多家庭，以提供收纳方案，进行讲座、演讲的方式为他们排忧解难。

“为什么我就是没有收纳细胞呢？”

只要想清楚这一点，无论是空间、时间，还是想法、思路，都能有条不紊地展开，生活也会越来越好。

“为什么收拾不好？”“什么时候才能学会整理？”“为什么我就是对收纳一窍不通呢……”

无论是妈妈们还是孩子们，有着诸如此类收纳烦恼的群体恐怕不在少数吧。

每个人都会有短板，但只要和自己的短板正面相对，朝着战胜短板的目标，用自己的方式和行动不断努力，就一定能够抵达成功的彼岸。

最初的时候，可能需要经历一段与无能的自己同行的道路。但只要走过这一阶段，之后便是“而今迈步从头越”的康庄大道了。我相信，到达终点的那一刻，你一定会变得神清气爽、潇洒快乐。

收纳，不仅仅是为了迎接朋友的登门拜访，抑或是应付婆婆的大驾光临，而是让每一个妈妈都能和家人舒心快乐生活的一种手段。对家人来说，房间就是一个避风港。无论在外面发生了什么，只要回家，就能自在。然而，如果回到家里，看到的是烦躁阴郁的女主人站在散乱无章的房间里这样一番景象，心中反而会更加郁闷吧。

不管怎么说，对于一家之主的妈妈来说，重要的是创造舒心快乐的家庭氛围。干净舒爽的房间一定能带来空间、时间、心灵的平静，一定能重塑自信快乐的妈妈。

和我一起快乐收纳吧！快乐收纳，根本停不下来！

假日里的某一天……

Ok, let's go ! 孩子们的收纳比赛开始了。

结果怎样呢？让我们拭目以待！





分分钟恢复原貌

