



善用小蘇打與醋，
寶貴、難物都安心！



用書架收納餐具？
節省空間更省錢！

懶人的

家事收納好創意

小蘇打+醋的無毒掃除&空間整理 52 招

監修 藤原千秋 / 圖·文 macco

輕

重

輕的在上、重的在下，
是收納餐具的基本原則。



不想多度發現的零亂物品，
用藤籃及布巾遮掩吧！

讓家事變得更省，
懶人也會喜歡起來！



懶人王的家事收納好創意 / 三采文化出版
— 初版 — 台北市：三采文化，2007（民96）
冊：公分，—（happy life：12）
ISBN 978-986-6716-24-9（平裝）

1. 家政 2. 家庭佈置 3. 手冊
420.26

96022158

Copyright © 2007 SUN COLOR CULTURE PUBLISHING CO., LTD., TAIPEI



HAPPY LIFE 12

懶人王的家事收納好創意



監修	藤原千秋
原圖文	macco
原編輯	南波香織 / StudioDunk（中島敦子、柿崎惠美子）
原設計	StudioDunk（吳星日）
譯者	連雪伶
副總編輯	林燕翎
執行編輯	黃迺淳
美術編輯	黃苔軒
封面設計	薛雅文
發行人	張輝明
總編輯	曾雅青
著作權顧問	葉茂林
發行所	三采文化出版事業有限公司
地址	台北市內湖區瑞光路513巷33號8F
傳訊	TEL：8797-1234 FAX：8797-1688
網址	http://www.suncolor.com.tw
郵政劃撥帳號	帳號：14319060
	戶名：三采文化出版事業有限公司
本版發行	2007年12月25日
定價	NT\$200

Hitome de Wakaru Kantan Osoji no Idea

Copyright © 2007 by Sekaibunka Publishing Inc.

Chinese translation rights in complex characters arranged with Sekaibunka Publishing Inc., Tokyo through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo and Future View Technology Ltd., Taipei

●著作權所有，本書文非經同意不得轉載。如發現書頁有裝訂錯誤或污損事情，請寄至本公司調換。
All rights reserved.

●本書所刊載之商品文字或圖片僅為說明輔助之用，非做為商標之使用，原商品商標之智慧財產權為原權利人所有

懶人的

家事收納好創意

小蘇打+醋的無毒掃除&空間整理 52 招

監修 藤原千秋 / 圖・文 macco

善用家事，讓平凡的生活更美好！

衣、食、住。是身為人類為延續生命，追求生活不可或缺の三大行為模式。

而這種種の日常生活模式，在每個人心中也各自保有一套標準。但不管如何，「衣」和「食」都是由「住」來展開的。唯有架構、完成了居所，我們才能編織生活的開端。

打從遠古時代，人類仍處於未開化階段時，便懂得在樹上築巢、求生存，直至今日都不曾間斷過。

現在的人們也持續在尋找最安全、舒適の住所，日覆一日地不停探究，只冀望能描繪出最符合人類居住の環境，並且更進一步地實踐完成。

我們有幸受惠於前人の辛勤建樹，讓身處現代社會の



我們得以用飛躍式速度，建造出兼具安全、衛生、合理性的居住空間，但是我們也在改良翻新的同時，遺忘了許多先人流傳下來的智慧與寶貴經驗。而這些古早承接至今的傳統，到現在也因為大家重視環保的心態，而重新受到人們的重視。

事實上，何謂「最優質的生活型態」？它並沒有明確的答案。但其實這些解答，甚至是小提示都隱藏在我們生活周邊。希望你在翻閱本書後，能夠從中發現有助你提升生活品質的錦囊妙招！

房屋諮詢師 藤原千秋

Lesson1

天然掃除的基本原則

目標是「愛上做家事」！	10
動動大腦，掃除真快活！	12
讓掃除工作更順利	14
做家事也能呵護地球？	16
開始你的天然掃除法	18



廚房的掃除－水槽周邊	22
廚房的掃除－瓦斯爐周邊	26
廚房的掃除－抽風機	28
廚房的掃除－冰箱篇	30
廚房的掃除－電器篇	32
廚房的掃除－料理工具篇	34
廚房的掃除－餐具篇	38
廚房的掃除－垃圾桶篇	40
廚房的掃除－工具篇	42



玄關的掃除－門窗篇	44
玄關的掃除－地面・鞋櫃篇	46
浴室大掃除	48
洗臉台的整理	52
洗衣機的清潔	54
廁所的清掃與整理	56
房間的清掃－地板篇	60
房間的清掃－窗戶篇	62
房間的清掃－室內擺設篇	64
房間的清掃－收納空間篇	66
房間的清掃－電器篇	68

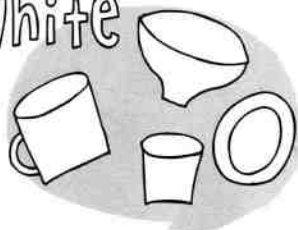


Lesson2

簡單收納的基本原則

體驗簡約生活的樂趣吧！	72
購物專家教你打理全家	74
破解你的「丟不掉」心態	76
簡單收納的7大原則	78
廚房的收納－餐具篇	82
廚房的收納－烹飪器具篇	86
廚房的收納－家電用品篇	89
廚房的收納－水槽周邊篇	90
廚房的收納－食材篇	92
廚房的收納－冰箱篇	94
廚房的收納－垃圾桶篇	96

White



玄關的收納	98
浴室的收納	100
洗臉台的收納	102
洗衣間的收納	105
廁所的收納	106
房間的收納－視聽設備篇	108
房間的收納－書桌篇	110
房間的收納－兒童房篇	112
房間的收納－日常雜貨篇	114
衣櫃的收納	118
壁櫥的收納	122
樓梯間的收納	126

專欄

不可不知的精油妙用	25
護鍋寶典大公開	37
「垃圾減量」新概念	41
打造潔淨無塵的浴室空間	51
挑選家電的必勝祕訣	70
獨家限定！你專屬的超簡單收納法	80



Lesson 1 天然掃除的基本原則

～目標是「愛上做家事」！～

你心裡常有「家裡好亂，再不打掃整理不行了！」的想法嗎？一旦把家事當義務，被迫打掃時總會有股提不起勁的感覺，與其勉強自己一次就要把住家空間整理乾淨，不如分階段處理，做家事就不再是苦差事了。



訂定掃除進度表

「事前安排打掃流程」最能確實發揮工作效率。配合時間調整自己的步調，空暇時簡單打掃一下，讓你事半功倍心情好！



將掃除工作分為3階段

繁瑣的掃除工作可分為初級班的「有空就整理」、中級班的「髒了快快掃」、進階班的「徹底打掃」三個等級！



初級班

平時有空檔，就可動手整理。
有空就整理！



中級班

把握周末的短暫休假，
讓住家空間更清爽。

髒了快快掃

「實在抽不出時間來打掃……」
話雖如此，但請記住「髒了快快掃」這個祕訣，家事就能在眨眼間輕鬆完成。當你感覺「好像變髒了？」的時候，就是動手整理的最佳時機！



進階班

每年年終、換季時節，
都免不了的大整理。

徹底打掃

平時不太有機會打掃、容易累積污垢的地方，
就可等年終、換季時徹底整理一番囉！不過，
如果你平時就有做足前兩項功課，打掃時就會
省事許多。

～動動大腦，掃除真快活！～

「有夠麻煩的」「真不想做啊！」只要想到這些麻煩事，就讓人想打消動手的念頭。其實將住家空間整理清爽，連心情也會跟著煥然一新呢！讓每一次的打掃都在愉快中度過吧！

享受做家务的快樂小撇步



來點音樂
改變氣氛吧！

聽著自己喜愛的音樂邊做家务，不自覺地連肢體動作都靈活起來！當然，如果你想藉機大展歌喉也絕對OK！



設定工作時間

訂下「幾點前非完成不可」的目標，彷彿和時間賽跑般，打掃起來會更帶勁喔！

福爾摩喵，
今天要好好調查啊！

扮成偵探，來個「地毯式搜尋」的打掃也不賴說！



喵～



訂個掃除主題

假想自己是個室內設計師，以幫房間變裝的方式，或依當天心情安排不同主題的打掃，可以從中激發不少有趣創意。

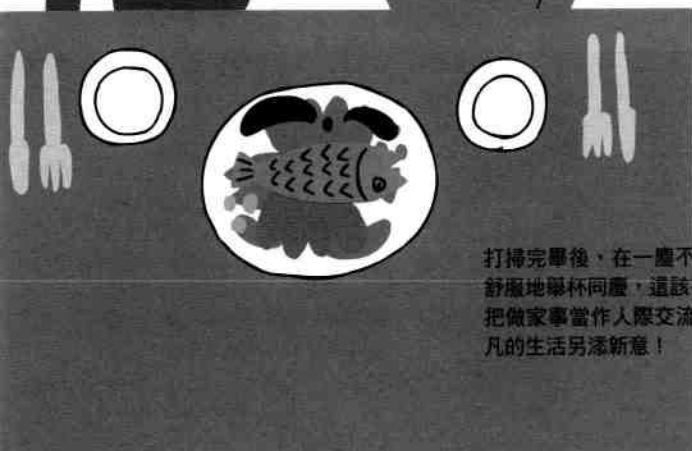
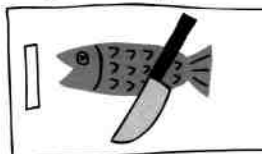
家事達人PK賽



有沒有想過和家人、男友一起比賽打掃房間啊？這也是個不錯的方式喔！有了競爭對手，更能挑起打掃動力呢！

Penalty

「輸的人要負責準備晚餐唄！」訂下小小的處罰遊戲，不是更好玩嗎？



打掃完畢後，在一塵不染的房間內，舒服地舉杯同慶，這該有多美好啊？把做家事當作人際交流的機會，為平凡的生活另添新意！

～讓掃除工作更順利～

想要在體會打掃樂趣之餘，同時有效完成工作的話，就試試家事計劃表吧！藉由條列整理的表格，你不用擔心哪裡忘了清掃或是白白浪費時間，讓你做起家事更得心應手。



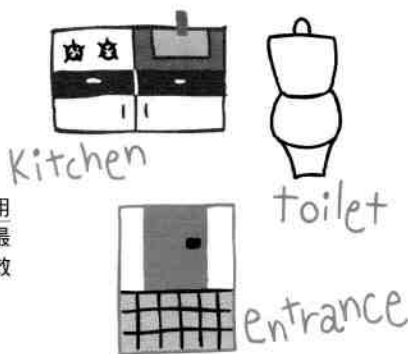
擬定你的家事計劃表！

重點① 注意量力而為

過度繁瑣的工作表，若不小心有突發狀況，可能會打亂原定計畫。以簡單而明瞭為原則來訂定內容，保有彈性又不馬虎。

重點② 不同場所不同表格

打掃浴室、廚房等不同的空間，就用不同的計劃表來處理吧！事先規劃最省時省力的工作流程，除了提高效率，也可避免遺漏清掃的遺憾。



重點③ 以日規劃不慌忙

想要一天內完成工程浩大的大掃除，幾乎是不可能的神話。那麼，就從「一日計劃表」開始吧！將想在一天完成的事情統整寫下，不僅可清楚工作順序，完成時也會更有成就感喔！

家事計劃表

	月 日 () 天氣：	
	項 目	準備工具
(		
)		
(		
)		
(		
)		

使用方法

- ① 紀錄打掃當天的日期。
- ② 直行欄可以寫上要打掃的場所，橫向欄填入具體的地點。掃除用具別忘了一併寫上。
- ③ 打掃完畢的地方，就可以劃線刪除或是打勾方式作確認喔！

	○月○日 (日) 天氣 ☀	
	• •	• • • • •
(廚房)	• 流理台 • 餐櫃 • 微波爐 • 地板	舊布 小蘇打水 醋水
(廁所)	• 地板 • 水箱 • 馬桶	

完成的地方就
大膽劃掉吧！