

日本家居收纳类畅销书

B
BOOKLINK

懒人实用家庭

收纳

(日) 饭田久惠 著
郭朝曦 译



- ◎ 简单·实用·环保 360° 全方位经典收纳，魅力主妇的100%超值体验！
- ◎ 全彩图实景拍摄，体验真实家庭中的收纳乐趣

辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



TITLE : [パーフェクト収納のコツ]

BY : [飯田久恵]

Copyright © Hisae Iida 2006 Printed in Japan

Original Japanese language edition published by JAPAN BROADCAST PUBLISHING Co.,Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with JAPAN BROADCAST PUBLISHING Co.,Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

©2009, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由株式会社日本放送出版协会授权辽宁科学技术出版社在中国范围独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2008第126号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

懒人实用家庭收纳 / (日) 饭田久惠著; 郭朝曦译. - 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2009.11

ISBN 978-7-5381-5827-4

I. 懒… II. ①饭…②郭… III. 家庭-生活-知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第165824号



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司(www.booklink.com.cn)

总策划: 陈庆

策划: 陈杨

装帧设计: 李新泉

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 北京地大彩印厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 172mm × 242mm

印张: 8

字数: 90千字

出版时间: 2009年11月第1版

印刷时间: 2009年11月第1次印刷

责任编辑: 谨严

责任校对: 合力

书号: ISBN 978-7-5381-5827-4

定价: 32.00元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

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

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/5827

懒人

实用家庭收纳

(日) 饭田久惠 著
郭朝暉 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

目录

整理收纳的5个步骤帮您成为完美收纳的行家	4
整理收纳的5个步骤	5
步骤1 将现有物品分为必要和不必要两类	6
步骤2 舍弃不必要的物品	7
步骤3 决定物品的放置场所	8
步骤4 决定物品的放置方式	8
步骤5 保持完美的收纳	9
专栏① “实用性收纳”和“装饰性收纳”	10

厨房

厨房收纳的窍门	12
① 普通锅	14
② 平底锅	15
③ 圆筛、盆具	16
④ 砧板、刀具和厨房剪刀	17
⑤ 打蛋器、勺子等小物品	18
⑥ 调味料	20
⑦ 保鲜膜	21
⑧ 塑料袋和超市购物袋	22
⑨ 储存容器	24
⑩ 餐具	26

⑪ 围裙、抹布	28
⑫ 食品	30
⑬ 冰箱储存的灵活方法	32
⑭ 洗洁剂与海绵状洗碗巾	34
⑮ 含水分垃圾的处理方法	35
⑯ 具有分类功能的垃圾箱	36
专栏② 用牛奶盒制作的分隔箱	38

起居室

起居室收纳的窍门	40
① 报纸和杂志	42
② CD、DVD	44
③ 药品	45
④ 各种文具	46
⑤ 遥控器	48
⑥ 包装用品	48
⑦ 熨斗、熨烫台	49
⑧ 便条、备忘签	49
⑨ 玩具	50
⑩ 小点心	51
⑪ 衣物	52
⑫ 电脑	54
专栏③ 决定衣物去留的表格	56

衣物	57	洗手间、浴室、卫生间	95
衣物收纳的窍门	58	洗手间、浴室、卫生间收纳的窍门	96
① 挂在钢管衣架杆上	60	① 毛巾	98
② 放置在柜子里	62	② 大扫除用的各种清洁剂	100
③ 装入抽屉里	64	③ 各种洗浴用品和牙刷	103
④ 衣服的折叠法	66	④ 洗发液、香皂	104
⑤ 外出时要整理好必要的物品	70	⑤ 香波类	105
孩子的房间	73	⑥ 浴巾、海绵状浴花	106
孩子的房间收纳的窍门	74	⑦ 卫生纸、卫生用品	107
① 用途广泛的多隔柜	76	专栏⑥ 合理地利用空间进行收纳	109
② 毛绒玩具	79	壁橱	111
③ 学习资料	80	壁橱收纳的窍门	112
④ 准备保存下来的物品	81	① 被褥	114
专栏④ 隔板的增加方式	82	② 衣物	116
玄关附近	83	③ 日用杂货	118
玄关附近收纳的窍门	84	④ 壁橱中收纳箱的选择方法	119
① 鞋子	86	⑤ 房间中是否有必要配置壁橱	120
② 外套、包	88	⑥ 对壁橱进行适当改造就能使其成为 完美的收纳场所	121
③ 钥匙、印章	90		
④ 拖鞋	91		
⑤ 雨伞	92		
专栏⑤ 将防灾用品放置在门口	94		



整理收纳的5个步骤帮您成为完美收纳的行家

居家生活离不开各种各样的物品。如果不把它们归类整理收纳，不仅心理上会觉得焦躁不安，还会给房屋的清扫工作带来诸多不便。如何巧妙地把这些物品安置在房屋里是大有学问的哦！在本书中，就将大多数人关心的整理收纳程序分为浅显易懂的5个步骤进行。

不明白整理收纳方法的人自不用说，对那些没有时间去考虑如何收纳，也不知道该从什么地方着手进行整理收纳，或者曾经尝试着进行了几次但是都没有坚持下来的人来说，这本书绝对会带来很大益处。解决整理收纳烦恼的关键之处在于这5个步骤，请一定要认真思考它们之间千丝万缕的联系。

我们在实践从步骤1到步骤5的过程就好像是在做登山运动。

最初当然会花费一点时间，但是请不要在意。如果能够按部就班地进行下去，您就会毫不费力地将整个收纳工作顺利地进行下去。如果在中途遇到不顺利的情况一定不要气馁，也不要焦急，尝试着从步骤1重新做一遍，也许会收到意想不到的效果。一步一个脚印，踏踏实实地去做，这才是最重要的。

本书中主要是以“在什么地方应该放置什么东西比较妥当”为中心来讲解的。在这5个步骤中，主要是以步骤3“决定物品的放置场所”和步骤4“决定物品的放置方式”作为主要内容。

在实践本书中所讲的收纳窍门之前，您要事先实践一下步骤1和步骤2，也就是要明确知道哪些东西对自己来说是必要的。然后再按部就班地实践步骤3到步骤5，那么您就一定能成为一名优秀的整理收纳行家。

整理收纳的5个步骤

步骤

1

将现有物品分为必要和不必要两类

家中能够进行收纳的场所毕竟是非常有限的，那么就需要仔细考虑一下，哪些东西对自己来说是必要的，哪些是不必要的。

步骤

2

舍弃不必要的物品

一旦确定了不必要的物品，就一定要把它们处理掉。同时我们还可以灵活地考虑一下，它们是否能够回收利用或者把它们送到二手市场。

步骤

3

决定物品的放置场所

要使所有的物品各归其位。窍门在于要把它们放在使用场所的旁边或者是距离使用场所最近的地方。

步骤

4

决定物品的放置方式

摆放物品的时候，要尽量把它们放在容易看见的地方或者是很容易把它们取出来的地方。

步骤

5

保持完美的收纳

物品使用后，一定要把它放归原处。尽量不要使物品增加。如果做不到这一点的话，那么就等于做了无用功。

将现有物品分为必要和不必要两类

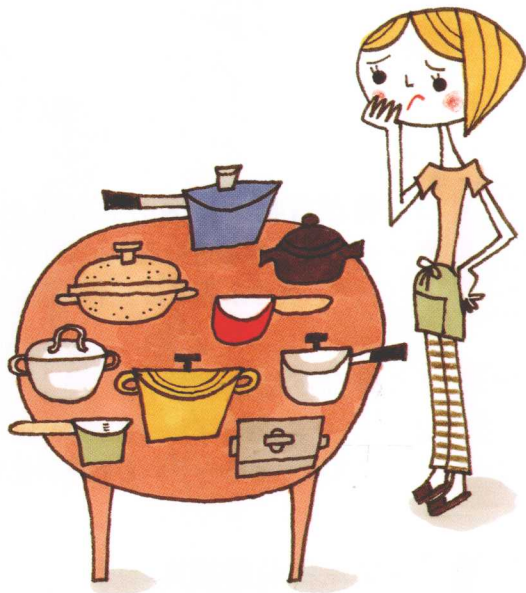
要知道，哪些物品对自己来说是必要的，哪些是不必要的

所谓的收纳，就是要考虑把什么东西，以怎样的方式收纳在某个固定的地方，然后再把这些想法付诸实践。这里所说的“什么”就是指物品本身，也就是说，现在您身边到底有多少东西呢？再思考一下，这些东西对于您来说，是真正意义上的生活必需品吗？步骤1就是让您对这个问题进行重新审视。不妨对您身边所有东西的用途进行一一确认，看它到底是不是生活必需品。

也许您会有“自己对所拥有物件的认识标准和整理收纳有关系吗？”这样的疑虑，实际上这是一个非常值得人们深思的问题。比如说，在搬家的时候，如果将现在所拥有的东西全部搬走，无疑会花费相当大的人力、物力。这时，只将自己所需要的东西带走是一个非常明智的选择。然后将它们全部收纳在一个地方，对于搬家后新居的整理收纳也是非常有益的。与此相同，为了使整理收纳能够方便而顺利地进行，舍弃不必要的东西，也同样是明智之举。

任何家庭，允许我们进行整理收纳的空间都非常有限。如果将没用的东西都搬进来，也许就会塞满整理收纳的空间。因此，就不能将整理收纳很顺利地进行下去。不能增加整理收纳空间，而又想把所有的东西都井然有序地收纳在一起，唯一的办法就是减少所拥有的东西了。但是“减少”不是轻而易举能够完成的，也并不是一朝一夕所能完成的。所以我们心中就需要有一个基准来对这些东西进行分类。哪些东西是必要的，哪些东西是不需要的，这个“基准”就需要自己把握。

也许有人会这样想，为了能够很顺利地完成整理，并确保自己的时间，那么就仅收纳对自己有用的东西。“想要很顺利地把整理收纳进行下去”，要和不要就成为其判断的标准。或者也有这样的人，即使增加了整理收纳的空间，还是希望周围摆放有自己所喜爱的东西，希望能够过上适合自己节奏的舒适生活（这种人的判断基准在于“希望周围生活环境中摆放有自己喜欢的物品”）。所谓的整理收纳就是指自己想要把时间花费在什么上，自己认为什么更有价值，说到底，就在于自己选择怎样的生活方式。



对自己现有的全部物品进行一次整体确认，同时需要思考一下不需要的东西该如何处理。



舍弃不必要的物品

一点一点地舍弃生活中不必要的物品，要尽量做到循环利用

我们所说的第2个步骤，就是在您能够对不需要的东西进行“适当”的判断后再去付诸实践把它丢掉。这里所说的“适当”就是对长时间摆放在自己身边的东西，并不能够在一瞬间，有一个诸如“这个是不需要的，这个是必需的”这样一个明确而彻底的判断。也就是一直在这样的一种犹豫中徘徊：这个东西是不是就完全没有用了呢？

终于到了去除掉这些东西的时候，其窍门在于以下4个方面：1. 限定场所；2. 不要把所有的东西都从整理收纳的地方拿出来；3. 从现在开始要分出15分钟或30分钟等时间段；4. 即使有空余的地方和多余的时间，也不要急着进行下一个步骤。

考虑到时间和体力，我们不可能一下子把家中所有的物品都检查一遍。我们可以分阶段分步骤来进行检查，这次检查厨房水槽的上面，下次检查厨房水槽的下面或者水龙头的上半段和下半段。决定了放置场所之后再一步一步地去实践，逐渐地将不需要的东西舍弃。如果把东西全部拿出来，短时间内就没有办法完全收拾好并放置到原来的位置。整理收拾的秘诀就在于“分阶段进行”，也就是要分时间段、分步骤地进行收拾。比如在整理收拾书本时，要尽量使书本从5种减少到2种。当然，如何来分配时间段也是由每个人自己来把握的。可以分为15分钟、30分钟不等，一点一点地将家中没用的东西清除掉。使用这样的方法，您就不会觉得整理收拾很辛苦了。当把不需要的东西清理掉，留出空余的地方之后，不要着急放进其他的东西。这就是步骤3中涉及的窍门，按照顺序按部就班地进行，这也是非常重要的。

一旦被确定为不必要的东西，尽量要做到回收利用。这也要分为可以送去二手市场和可以送给亲朋好友两种方式。逐步地实践步骤2。



处理掉或者再利用

非必需品中可以循环再利用的东西有很多，要尽量再利用。



决定物品的放置场所

不管什么样的物品，都需要有一个“家”。使用频率较高的要放置在方便使用的地方

把不需要的东西处理掉，那么剩下的就是自己所必需的东西了。这些必需的东西可以分为“每天生活中，一定能够使用到的东西”、“偶尔会使用到的东西”、“偶然想起才会使用的东西”这三大类。

在步骤3中，您要将所拥有的东西都会放置在“家”中。所谓的“家”就是物品的放置场所，这个决定不下来的话，物品的位置就会一次次地改变，这也就是平时“总是找不到东西”的根源所在了。

决定这个“家”（放置东西的场所）的窍门在于东西的使用频率。每天使用的东西和一年才使用一次的东西，放置场所当然是不同的。例如，起居室中所放的物品当然是起居室中使用频率高的物品了。当没有放置场所时，要把东西放置在距离使用场所最近的地方。

决定物品的放置方式

为了能够非常方便地拿到自己所需的物品，那么您就需要选择不费劲的收纳方法

一旦决定了放置的场所，接下来要做的事情就是决定如何收纳。它的窍门在于能够方便地存取。必需品怎么样才能毫不费劲地一下子取出来。我们所说的步骤4也就是说怎么做，才能够很方便地取放。

这里所说的“方便”就是指要尽量做到，将拿到自己所需要物品的时间和步骤减到最少。我们去取自己所需要的物品时，先要走到放置自己所需物品的地方，然后打开门或者抽屉，有时还需要折叠或者展开，再把东西取出来。像这样，身体的动作做到最好的话，也就是能够做到取放的方便。我们把这种身体的来回移动频率称之为“收纳指数”。所谓的“收纳指数”是从步数（行走）和动作（身体部位的移动）的计算中得来的。

最为理想的收纳用数字表示出来是0步，行动0，“收纳指数=0”。这也就是说，自己所需要的东西就搁置在自己旁边，才能够迅速取到。

整理收纳并不是以把东西全部装进去为目的的，更为重要的是在必要的时候，能够非常迅速地把它拿出来。为了做到这一点，就需要考虑动作路线，并决定放置物件的“家”。

把药品放在这儿！



保持完美的收纳

把所要使用的东西都很有秩序地放置到“家”后，还应注意在购买新的东西时一定要慎重

选择自己必需的东西，并在使用到它的地方设置一个整理收纳的场所。辅之以非常简洁的方法来进行，就可以很好地完成整个整理收纳。但是收拾好的那一瞬间还好说，随着时间的流逝结果会怎么样呢？步骤5就是给您讲解怎样将现在的这种整洁舒适的收纳状态继续保持下去。为了不使这好不容易才有的舒适生活在一瞬间就消失，也为了不使您的努力付诸东流，那么请您实践下面两个步骤。

●将使用过的东西放归原处

当您觉得这个东西没有多大用处的时候，首先您应该核实一下步骤3和步骤4。也就是步骤3中讲到的将所有的东西都整齐地放进所谓的“家”中，步骤4中所讲到的即使有“家”，放归原处也是需要花费时间的。另外，需要考虑这个所谓的“家”是不是在使用场所的周围，我们可以非常方便地将东西收纳进去。另外，还需要我们注意的是，如果家具的抽屉中塞的东西过多，也会给整理收纳带来不必要的麻烦。

●不要胡乱地增加物品

即使把不需要的东西处理掉，但如果毫无节制地购买进新物品的话，也不能维持好现在这种舒适的收纳状态。一旦您已经实践到步骤4的话，在遇到您所中意的东西时，首先闪现在您脑海中的是家里是否还有收容它的地方。对于不擅长处理东西的人来说，那么在购买新东西时一定要慎重考虑。



收纳指数为0的物品取放才更容易，每天都要使用的物品推荐采用指数为0的收纳方式。



购物之前，最好先考虑一下家中是否还有收纳的空间。

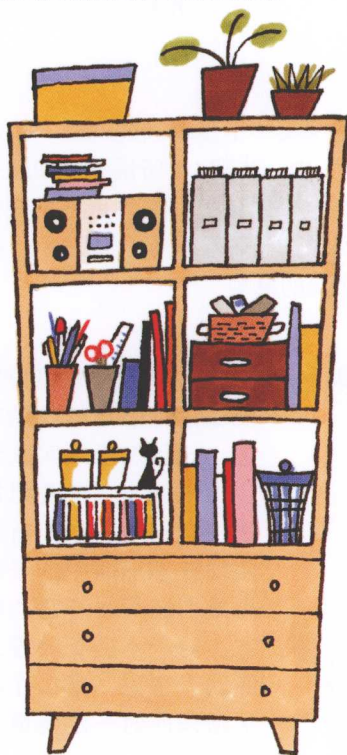


“实用性收纳”和“装饰性收纳”

仅仅是把东西塞进柜子里并不能称得上是收纳。收纳的真正目的是能够随时把要使用的东西“拿出来使用”，我们平时所进行的收纳整理可以分为“实用性收纳”和“装饰性收纳”这两种基本类型。需要注意的是，“实用性收纳”和“装饰性收纳”谈不上哪个好哪个不好，只是他们的性质不同，只要您明白“实用性收纳”和“装饰性收纳”的不同之处，那么您在选择放置东西的地方时会受益匪浅。

所谓的“实用性收纳”，也就是在整理露在表面的东西时所使用的收纳方法。比如说日常生活中经常会使用的遥控器和笔记文具等，即使决定了放置它们的场所，但因为它们的使用频率非常高，我们还是会经常把它们散乱地搁置在桌子上。像这样的东西，需要使用方便；此外，还有使用后容易忘记收拾的东西，也适用于“实用性收纳”这种收纳方法。

另外，所谓的“装饰性收纳”，顾名思义就是以装饰为目的的收纳方法。间隔开之后不仅能够很容易地将东西放进去，还可以省去不少的力气，看起来还非常美观。这种收纳方法适用于作为兴趣爱好而收集的木偶或者陶器，还适用于收纳一些装饰性小物件。这些东西原本就是用于装饰的，即使摆设 in 表面，也不会给人异样的感觉。所以我们推荐使用这种收纳方法。



以收纳为目的的“实用性收纳”

放置在居室中的橱柜，可以看作是收纳家庭成员共有物品的地方。比如我们可以将书籍、遥控器、文具等日常生活中常用的东西收纳进去。



以装饰为目的的“装饰性收纳”

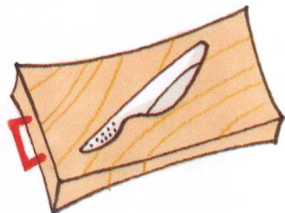
同样的柜子，由于收纳方法的不同，给人的感觉也有所不同。里面可以摆放一些书、装饰品等物品，看起来很舒适，可以作为装饰橱柜。

厨房

厨房是家庭中存放东西种类和数量最多、最杂的地方吧！而且，从整个家庭的布局来看，厨房也绝对不会占很大的空间。几乎每个家庭中的厨房都塞满了厨具、食物、餐具、布等各类物品。

想要使厨房变得整洁干净，请尽早看看“整理收纳的法则”，不妨尝试着从步骤1开始实践吧！

先从使用率比较高的砧板和煤气灶台开始，这些是每天都会用到的。另外，我们把每天都会使用到的东西称为必需品，近来或者几天不会使用到的东西称为非必需品。仅仅把每天都会用到的东西留下来，再结合“收纳指数”来对厨房进行收纳，就可以基本确定厨房的收纳方式。



每天必需品的“放置场所=家”并不是设置在厨房的每一处都适合。一般来说，我们要把这个场所尽量选择在做饭者的身边。站在水槽的旁边做饭时会使用到的炊具，毫无疑问是用于清洗的盆、切菜用的刀具和砧板以及锅，还有饭后清洗餐具时所使用的洗洁剂和海绵状洗碗巾等。这些在厨房中都是和水有关的厨具，最好把它们整理收拾到水槽的旁边，使用起来才会觉得得心应手。

水槽周围存放与水有关的炊具

水槽下面的空间，最好是放上盆、锅等厨具。



煤气灶台周围要存放与火有关的炊具

煤气灶台下面的空间最好存放炒菜用的平底锅、调味料等。

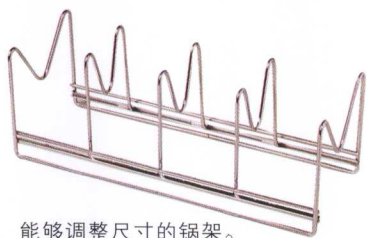


煤气灶台周围也同样。在煤气灶台前所使用的东西一般是炒菜时用的各类锅和调味用的酱油、味精、油等。图中分层放置的各类锅很方便取放，但旁边尽量不要摆放较高的调料瓶，以免在取放时造成不便。

普通锅



在没有存放地方的情况下，最好使用能取下锅柄的锅，采用嵌套式的收纳方式对其进行收纳整理。如左图所示。



能够调整尺寸的锅架。
上面能够存放4个锅。

水槽的下面是抽屉的情况

水槽下面是抽屉时，锅具也要全部整理收拾进抽屉里。若空间不够，可以根据锅的大小选择市面上有售的锅支架，将锅竖起来放置，可以有效节省空间。



水槽的下面是柜子的情况

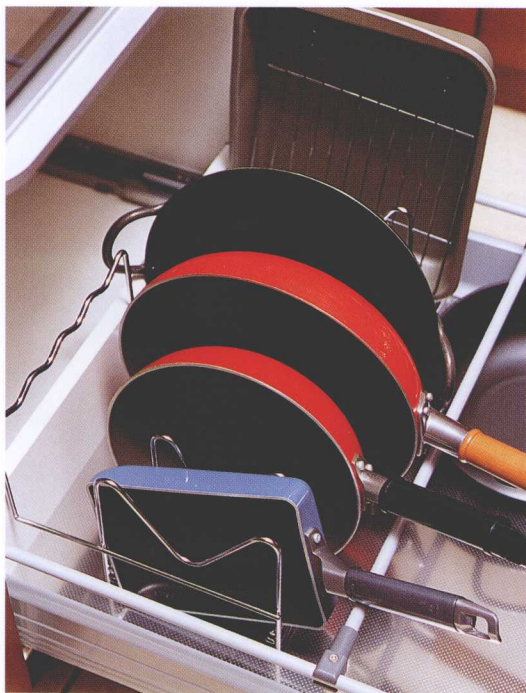
用于盛放水和菜的锅要尽量整理收纳到水槽的周围。重叠搁置的话，取放就显得非常的麻烦。这就需要专门收纳锅的柜子。对于水槽下面的送水管，要选择那种可以自动调节大小的专用柜，并结合水槽的宽度来及时调节其长短。在选择柜子的时候，最好选择可以自动调节柜顶高度的柜子。

橱柜在水槽上面的情况

水槽的下面没有空间时，就需要考虑怎样才能最大限度地使用位于水槽上面的橱柜。水槽上面的橱柜内都会装有隔板，而每个橱柜大概会有两三层。为了能够方便取放，最好是把东西放在最下面的那一层。



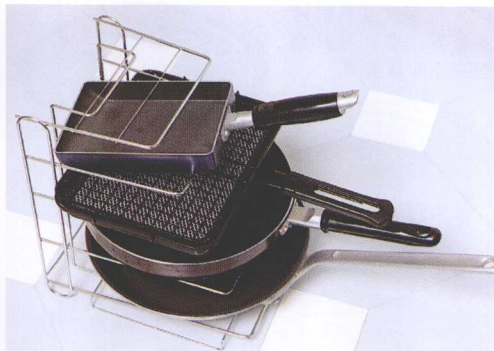
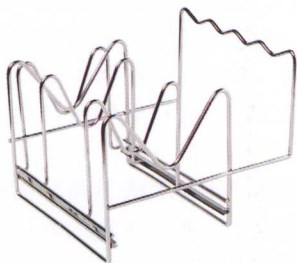
平底锅



燃气灶台的下面是抽
屉的情况

能够调整宽度的抽
屉专门用平底煎锅架。

在这种情况下，就需要把锅立起来进行收纳整理。除了平底煎锅之外，石棉网也要一并收纳整理进去。当遇到比较大的平底锅而高度不够的时候，就需要把它折叠起来。



燃气灶台下面是
柜子的情况



一般情况下，常用的平底锅要放在燃气灶台的周围。使用时，我们希望能够轻松地将它拿出来，所以就需要在收纳方式上做文章。就像图中所表示的那样，平底煎锅架不管横着放还是竖起来都可以使用。当锅架收纳在开门式柜子中时，就要横着放。如果是收纳到抽屉式柜子中的话，锅架就需要竖着来放。



平底锅的数量不多时，最好把它放置在燃气灶台下面的专用架子上。