

精妙實用技巧叢書 48

省錢 妙招

別讓錢財從你指間溜走

慕凡◎編著

讓你既能省錢節約，又能愉快地生活

節約並不是苦修行，**節約更不是忍耐**，節約的真正意義在於杜絕浪費，有效的使用每一分錢，並且將金錢毫不吝嗇的使用在自己真正想要用的地方。

定價200元

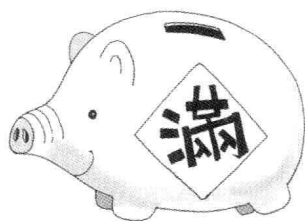
特惠價

99元

全省各大書店
量販店均售

省錢妙招

讓你既能省錢節約，又能愉快地生活



慕凡◎編著

國家圖書館出版品預行編目資料

省錢妙招／慕凡作，-- 初版，-- 臺北縣新店市：漢欣文化，民 90
面； 公分，--（精妙實用技巧叢書：48）

ISBN 957-686-349-X (平裝)

1. 儲蓄與節約 2. 理財

421

90018804

有著作權・侵害必究

特惠價 99 元

精妙實用技巧叢書 48

省錢妙招

作 者／慕凡(王蘊潔)

插 圖／高鶯雪

發 行 人／楊炳南

出 版 者／漢欣文化事業有限公司

地 址／231 台北縣新店市中正路 540 號 5 樓

電 話／(02)2218-1212 傳 真／(02)2218-0101

郵撥帳號／0583759-9 漢欣文化事業有限公司

營業時間／星期一至五早上 8:30 至下午 5:00（國定假日休息）

登 記 號／局版台業字第 2855 號

印 刷 所／傑泰印刷有限公司 頁 數／224 頁 (80P)

初 版／中華民國 90 年 12 月 二 刷／中華民國 91 年 4 月

本書如有缺頁、破損或裝訂錯誤，請寄回更換



前言

經濟不景氣，加薪無望，台幣持續貶值……在短期間內，無法指望經濟復甦。然而，人的夢想卻沒有隨著不景氣而「縮水」。

「好想去國外旅行！」

「想要買車！」

「想要去留學！」

「想要買房子！」

人生短短數十年，當然要讓不可重來的人生過得更有意義、更充實。

時下流行的一句話：「金錢不是萬能，但沒有錢卻萬萬不能。」如果沒有錢，一切夢想都只是「作白日夢」而已。

在收入有限的情況下，必須「量入為出」，控制各項生活開支。雖



然每個人都知道「開源節流」的道理，卻知易行難。尤其關於「節流」的問題，往往令人聯想到勒緊褲帶的寒酸生活。許多人之所以敬「節省」而遠之，就是不想為了省一元、兩元，而使生活品質受到影響。所謂「大富由天，小富由儉」，節約並不是苦行，節約更不是忍耐，節約的真正意義在於杜絕浪費，有效地使用每一分錢，並且將金錢毫不吝嗇地使用在自己真正想要用的地方，提升生活品質，與此同時，使自己心靈更加充實。這才是聰明的用錢之道。

或許有人會說：

「雖然我也很想節約，但我不知道該怎麼節約……」

「我平時從不亂花錢，已經夠節約了。」

先別太早下定論，看完本書中八大部分、總計二百六十項「妙招」後，你一定會懊惱竟然每天都讓錢從自己的指尖溜走。

「民以食為天」，一日三餐在生活中占據了相當大的比例，發揮巧思，就可以在豐富餐桌的同時，節省大把銀子。本書還提供從節省公共



事業費用的訣竅到充分利用自然資源的方法，以及許多結合生活智慧的錦囊妙計，讓你在愉快生活的同時，成為節約高手。

「少花一分錢就是賺了一分錢」，這些省錢妙招絕對可以助你一臂之力，使你的美夢早日成真。



PART 1

購物篇

目錄

妙招 1	每週買菜一至二次……………24
妙招 2	掌握冰箱內的庫存……………25
妙招 3	掌握底價……………25
妙招 4	多多利用黃昏市場……………26
妙招 5	不要帶小孩子出門買菜……………26
妙招 6	絕對不要餓著肚子去買菜……………27
妙招 7	皮包內不要放太多錢……………27
妙招 8	不要在人多擁擠時買東西……………27
妙招 9	不要受促銷廣告的引誘……………28
妙招 10	購買當季的新鮮食材……………28
妙招 11	各種食材的保存方法……………33
妙招 12	多多利用量販店……………39
妙招 13	加工食品的價格包含了加工費用……………40
妙招 14	不要買切開的蔬菜和水果……………41





PART 2

餐飲篇

- | | | | | | |
|-------|-----------------------------|-------|-----------------|-------|---------------------------|
| 妙招 10 | 挑戰市售的調味料..... 66 | 妙招 20 | 節省置裝費..... 45 | 妙招 15 | 巧用蔬菜..... 41 |
| 妙招 9 | 自己動手做各類醬汁..... 65 | 妙招 19 | 善用各種折價券..... 44 | 妙招 16 | 不要被「特價」、「特賣」的字眼迷惑..... 42 |
| 妙招 8 | 讓麵食在日常飲食中占一席之地..... 65 | 妙招 18 | 保存發票..... 44 | 妙招 17 | 決定調味料、罐頭食品的庫存量..... 43 |
| 妙招 7 | 飯後的小甜點可以產生「大飽口福」的感覺..... 64 | | | | |
| 妙招 6 | 以簡單的前菜豐富餐桌..... 64 | | | | |
| 妙招 5 | 將陽台、院子變成家庭菜園..... 62 | | | | |
| 妙招 4 | 無視食譜中的材料..... 61 | | | | |
| 妙招 3 | 充分利用食材..... 59 | | | | |
| 妙招 2 | 了解食材的性質..... 57 | | | | |
| 妙招 1 | 藥補不如食補..... 49 | | | | |



妙招 11	製作風味獨特的沙拉醬..... 67
妙招 12	做好充分準備，減少外食機會..... 69
妙招 13	即使材料類似，也可以創造出不同的風味..... 70
妙招 14	廣泛蒐集食譜..... 71
妙招 15	早餐吃得飽..... 73
妙招 16	自己動手做便當..... 74
妙招 17	少吃垃圾食物..... 76
妙招 18	自己動手做飲料..... 76
妙招 19	絕對不使用自動販賣機和便利商店..... 77
妙招 20	自己動手做泡菜..... 78
妙招 21	巧妙利用剩菜..... 79
妙招 22	充分利用戶外活動的收穫..... 79
妙招 23	善用百貨公司的超市..... 80
妙招 24	自己動手做糕點..... 80
妙招 25	凡事自己多動手..... 81
妙招 26	利用油漬鮪魚罐頭的油..... 81
妙招 27	利用冰箱內的「廢物」..... 81
妙招 28	萵苣的外葉可以炒來吃..... 82
妙招 29	將白飯冷凍..... 82



PART 3

公共事業費篇

妙招 14	利用煮水餃的水……	95
妙招 13	在廚房放一個水桶……	95
妙招 12	充分利用煮麵水……	94
妙招 11	省水洗米法……	93
妙招 10	洗臉要使用臉盆……	93
妙招 9	刷牙時，也要隨手關水……	93
妙招 8	夏日泡澡法……	92
妙招 7	省水泡澡法……	92
妙招 6	用水時，水流保持鉛筆般的粗細……	91
妙招 5	沐浴時的省水習慣……	91
妙招 4	洗米水的妙用……	90
妙招 3	徹底利用泡澡水……	88
妙招 2	養成再利用的習慣……	86
妙招 1	將傳統的扭轉式水龍頭改為把手式……	86
● 水……		

妙招 30

自己動手做高湯…… 83



妙招 15	在水龍頭上裝上省水接頭……………	95
妙招 16	洗碗時的省水妙招……………	96
妙招 17	高效率的洗碗方法……………	96
妙招 18	將洗碗精稀釋後使用……………	97
妙招 19	在綠化的同時，也要兼顧省水……………	97
妙招 20	利用自然的恩惠……………	98
妙招 21	衣服不要洗得太勤快……………	98
妙招 22	洗車時，用水桶裝水……………	98
妙招 23	在抽水馬桶水箱內放保特瓶等……………	99
妙招 24	可以自己動手做淨水……………	99
●電……………		
妙招 1	與附近的家電行保持良好的關係……………	100
妙招 2	經常清理家電用品……………	100
妙招 3	購買家電用品時，要考量消耗電力的問題……………	101
妙招 4	使用無線電話時，等電池耗盡後再充電……………	101
妙招 5	杜絕待機耗電……………	101
妙招 6	不要一直開著電視……………	102
妙招 7	調節亮度，可以節省用電……………	102
妙招 8	儘可能減少使用冷氣……………	104

妙招 9	使用冷氣機時，同時打開電風扇……………	104
妙招 10	控制冷氣機溫度……………	104
妙招 11	自動運轉比弱風更省電……………	106
妙招 12	避免將冷氣機裝在陽光直射的場所……………	106
妙招 13	避免物品擋住冷氣通風口……………	106
妙招 14	使用窗簾和百葉窗……………	106
妙招 15	隨時關上冷氣電源……………	107
妙招 16	晚上睡覺時，可以使用定時功能……………	107
妙招 17	每兩星期清潔濾網一次……………	107
妙招 18	夏天假日時，可以去圖書館等公共場所……………	108
妙招 19	冰箱的溫度設定在「弱」……………	108
妙招 20	不要在冰箱上放置東西……………	108
妙招 21	冰箱要距離牆壁十公分……………	109
妙招 22	要定期清潔冰箱內部……………	109
妙招 23	冰箱內不要放太多東西……………	109
妙招 24	要將冰箱放置在陰暗處……………	110
妙招 25	等食物充分冷卻後，再放入冰箱……………	110
妙招 26	食物解凍時，最好能夠在前一天晚上放在冷藏室中……………	111
妙招 27	冷凍食品時，一定要將空氣排出……………	111



妙招 28	減少打開冰箱的次數……	111
妙招 29	練習迅速地開冰箱並拿出東西……	112
妙招 30	把經常一起使用的東西放在一起……	112
妙招 31	用溫水洗衣服較省電……	113
妙招 32	洗衣量要控制適量……	113
妙招 33	有嚴重污垢的衣物先用手洗……	113
妙招 34	使用烘乾機時，要縮短使用時間……	114
妙招 35	使用吸塵器前，先將房間整理乾淨……	114
妙招 36	使用延長線……	114
妙招 37	清潔吸塵袋……	115
妙招 38	使用手電筒……	115
妙招 39	全家人儘可能聚集在一個房間……	115
妙招 40	趁天亮的時候做晚餐……	116
妙招 41	在煮飯的同時煮粥……	116
妙招 42	多利用自然光……	117
妙招 43	不要經常開關電燈……	117
妙招 44	燈管不要使用到「最後一刻」……	117
妙招 45	使用省電燈泡……	118
妙招 46	乾電池的使用……	118

妙招 47	洗澡後，用抹布將浴室擦乾……………	118
妙招 48	洗完頭髮，先用毛巾將頭髮擦乾……………	119
妙招 49	電熱水瓶是電力殺手……………	119
妙招 50	曬衣服時，將衣服拉挺……………	120
妙招 51	購買免燙衣褲……………	120
妙招 52	利用熨斗的餘熱燙手帕等……………	120
妙招 53	用水壺燙衣服……………	120
妙招 54	在熨燙台上鋪以鋁箔紙，增加反射熱……………	121
妙招 55	不要使用飯鍋保溫……………	121
妙招 56	單身生活者的煮飯妙方……………	122
妙招 57	行動電話的充電……………	122
● 瓦斯……		
妙招 1	選擇正確的鍋具……………	123
妙招 2	平底鍋的選擇……………	124
妙招 3	善用壓力鍋……………	125
妙招 4	持續使用同一個瓦斯爐……………	126
妙招 5	利用保溫方法，節省瓦斯費……………	126
妙招 6	自製燜燒鍋……………	126
妙招 7	水煮蛋的省瓦斯煮法……………	128



PART
4

電話費篇



妙招 1	電話月租費……………132
妙招 2	解除市話月租費中的室內線維護費……………133
妙招 3	了解減價時段……………133
妙招 4	減少市內電話特別業務的服務……………134
妙招 5	國際電話業務……………134
妙招 6	利用晚間上網……………136
妙招 7	利用優惠上網……………136
妙招 8	打電話前，將要傳達的內容寫在紙上……………138

妙招 8	煮湯時，一定要蓋上鍋蓋……………128
妙招 9	將鍋子擦乾後再使用……………128
妙招 10	使用中火最省瓦斯……………128
妙招 11	經常清潔瓦斯爐……………129
妙招 12	根據鍋底調整瓦斯大小……………129
妙招 13	等家人都回家時再煮菜……………129
妙招 14	戴上橡膠手套洗碗……………130
妙招 15	家人連續洗澡……………130



PART
5

交通費篇



妙招 7	定期檢查胎壓……………147	妙招 17	避免使用轉帳代繳……………142
妙招 6	暫時停車時，一定要熄火……………147	妙招 16	打電話前，先確認電話號碼……………141
妙招 5	出門前，規畫好路線……………147	妙招 15	以秒計費……………141
妙招 4	減輕冷氣對引擎造成的負荷……………146	妙招 14	和好朋友使用同一家公司的電話……………141
妙招 3	開車也要學會省油……………146	妙招 13	打行動電話的習慣……………140
妙招 2	加油的時機……………144	妙招 12	行動電話只接不打……………140
妙招 1	買車前的考量……………144	妙招 11	利用傳真……………139
		妙招 10	多寫信……………139
		妙招 9	用公用電話打電話……………138



PART
6

理財篇



妙招 5	減少跨行提款..... 167	妙招 18	在公司附近租房子..... 158	妙招 8	不要讓引擎空轉..... 148
妙招 4	利用信用卡繳保險費..... 166	妙招 17	善用腳踏車..... 158	妙招 9	汽車的「經濟」速度..... 148
妙招 3	能刷卡就刷卡..... 166	妙招 16	使用便利的捷運系統..... 157	妙招 10	汽車保養DIY..... 148
妙招 2	信用卡控制在兩張以內..... 164	妙招 15	搭公車上班..... 157	妙招 11	找一家信譽良好的保養廠..... 155
妙招 1	刷卡消費好處多..... 160	妙招 14	推行共乘制..... 156	妙招 12	汽車保險..... 156
		妙招 13	避免使用布椅套..... 156		

