

# 打理生活



[打理生活 下载链接1](#)

著者:[日] 本多沙织

出版者:后浪 | 湖南美术出版社

出版时间:2018-2

装帧:平装

isbn:9787535682826

小户型家庭必备“够住”Tips，从日常点滴提升你的品质感受

用细节让小家装下更多美好的日子

.....

### ※编辑推荐※

◆ 日本一级整理收纳咨询师、优秀整理收纳顾问、引导收纳潮流的可持续轻松收纳流派创始者本多沙织倾力打造的日本长销之作，讲述怎样建立不用费劲也能长期保持整洁的收纳体系。

◆ 本多流·懒散派的简单收纳巧思，从家务整理、衣着搭配到物品选择，教你在宜居家中温柔度日：

你可以让优质衣物“活跃”起来，用13件基础衣物搭配出8种风格的着装；

也可以快捷处理食材，探索省时省力的私房食谱；

还可以活用生活动线，借助小工具塑造家务习惯，10分钟完成家务清扫；

更可以规划周密的出行方案，在旅途中从容体味生活的乐趣。

只要用心审视收纳的初衷，找到舒适的尺度，做自己愿意做的事，从日常的一点一滴对接生活与收纳，你就能让一切变得更加顺心自在。

家是心的归处，它今天是什么样，我们明天的生活就会过成什么样。

◆ 在家里度过的每一天都是在积累踏实、平淡又有趣的幸福感，而收纳整理正是为了使我们在未来可以尽情享受生活中的这种幸福感。用细节让小家装下更多美好的日子吧，这里将成为支持我们走完漫长一生的坚固基石。

.....

### ※内容简介※

收纳并不是强制性的家务，或是丢弃自己的心爱之物，它只是为实现理想生活所做的些许“投资”。通过把收纳同化为简单的生活习惯，即使住在狭窄的小家里，本多沙织也能把喜爱的物品收拾得整洁利落，处处洋溢着生活的情趣。

在这本书中，她以自己家为例，展示不断摸索总结的轻简收纳技巧，同时分享自己在衣、食、住、行各个方面的日常习惯，告诉每一个读者，家不是生活的负累，而是可以安心度过每分每秒的幸福所在。

作者介绍：

本多沙织

整理收纳咨询师

大学毕业后，曾供职于饮食业，后获整理收纳咨询师一级证书、整理收纳顾问资格证书。以东京圈为中心，提供个人住宅的整理收纳服务，同时为多份杂志、网站撰写教大家享受简单生活的整理收纳方案。出演《保证有收获的杂志》（E电视台）、《ASAICHI》（NHK综合频道）等多档电视节目。2012年出版书籍《打造轻松整理的房间》。

目录: 前言

支持生活正常运转的“预支项目”

原动力，来自给予自己和家人的温柔

part 1 整理收纳

part 2 家务

part 3 衣装行头

part 4 选择物品

part 5 旅行

后记

· · · · · (收起)

[打理生活](#) [下载链接1](#)

## 标签

生活

收纳整理

生活方式

收纳

居家

日常

整理

生活质量

## 评论

周末躺在家里翻完了，然后就打了鸡血一样想去收拾房间……p.s.书中内容有一种越看越跑题的感觉，跑到最后都开始讲旅行了，合上书一看书名——哦，说跑题也是冤枉人家了（讲的不全是收纳）

小户型家庭必备“够住”Tips，从日常点滴提升你的品质感受，用细节让小家装下更多美好的日子。本多流·懒散派的简单收纳巧思，从家务整理、衣着搭配到物品选择，教你在宜居之家中温柔度日。

最近我深受乱糟糟的家居状态困扰，读完这本书与其说学会了什么整理技巧，不如说作者说出了我的许多心声。意外地发现我跟作者在消费观念、选择东西的标准、对旅行的兴趣点乃至对语言的深思熟虑都有同感。如果这么想的她能把生活变成自己想要的样子，总有一天我也可以吧！

小户型家庭必备“够住”Tips，从日常点滴提升你的品质感受  
用细节让小家装下更多美好的日子

可视化收纳、标签标识、认真审视哪些物品是生活中真正需要的。

这本书的针对性好强呀 建议搬新居的同志们在搬之前好好阅读  
以便为“理想的生活”打下基础 超级棒了

作者很细心介绍了很多实用的方法

真的很羡慕这种认真生活的恬淡气质 想要这种生活

这个周末就动起来，先去趟MUJI血拼一下

清晰地审视生活，慢慢地改变角角落落，让心得到舒展。每一位这样的热爱生活的人  
都值得尊敬。

这本看完很幸福啊，书中作者的家很干净很有烟火气，是理想中的生活环境了！提供的一些小方法也很实用。就是最后一章旅行有点混充哈哈

典型日式风格的小书，除了收纳，更多传达的是一种生活方式，涵盖各个方面。文字轻松易读，但是核心内容并不是很多，属于看看提供参考就行的类型。

继承了日式指南类书籍轻松、平实、易阅读的特点，排版设计等细节处相当考究，图片与文字的排列组合一如这本书所呈现的内容一样被「收纳整理」得井井有条、美观大方。

沉迷日式收纳漩涡，但作者主张买衣服全部低调色、常规款，这我不苟同，Life is too short to wear boring clothes!

2018.7.7-7.8

读到一半，打开淘宝买了白色海绵与分装瓶、起泡瓶，生活上的细节可以借鉴。发现和上一本《想要了解更多的无印良品的收纳》同一个作者，本多沙织。这本清爽一些，绝对相信前面是无印良品的广告书。

没讲啥东西，本来买来是想看看扫地拖地的部分，前面什么清扫动线说得挺专业，到那一章节直接告诉我你去买个吸尘器就好了，我？？？

看似讲得零散，其实把“整理、收纳、生活”这条线上最核心的理念都讲到了，还辅以一些案例、具体的操作技巧、工具和指南，是一本非常迅速就能让你找到一直过不顺的“病症”，并教给你方向去改善的书。

思路清晰的整理师，会总结，有体系。一直也很喜欢她。

为啥评价这么低啊 我觉得特别适合我！

看完最想要的刮削器没找到哪里有卖 日常会刷好好住的话完全没必要读这本

[打理生活 下载链接1](#)

## 书评

(本文非“后浪生活教室”原创，已获得作者授权，转载请联系作者。)  
我以前也是囤积爱好者。

之所以用“也”，是因为我周边的朋友全都很爱惜自己所拥有的一切，无论用不用得上。所以我们的家，我们的小窝，永远是满满的。我们管这种“满”叫“充实”。当然，这样的“充实”随...

打理生活：65个增添新幸福感的收纳习惯/（日本）多沙织著；陈怡萍翻译，--长沙：湖南美术出版社，2018.02 本书作者，是日本一位专业的整理收纳咨询师。  
什么是整理师？听着好高大上的感觉！据说现在大热的整理概念兴起于上世纪80年代的美国，然后在日韩发扬光大，然后又转过来...

[打理生活 下载链接1](#)