

超簡單整理收納術，讓家煥然一新！



[超簡單整理收納術，讓家煥然一新！_下载链接1](#)

著者:于之琳

出版者:日日學文化

出版时间:2018-5-16

装帧:平装

isbn:9789869519434

網路超人氣收納整理師之琳不藏私，提供為家抽脂的高效率訣竅！

超強整理收納術守則，快速掌握分類、收拾和不易亂重點。

超強折衣術搶先看，搭配完整影音QRcode，原來折衣服這麼簡單。

超療癒縮時攝影，一鏡到底整理前後對比，讓您想立即動手整理。

850張彩色圖片，搭配整理前後重點說明，收納新手也能一看就懂！

◎超簡單整理收納術搶先看

書一開始「整理收納用品前，請先聽我說個故事！」讓您快速了解從哪裡著手？接著是之琳最擅長且呼聲極高的「口袋折衣術」，提供上衣、毛衣、西裝、褲子、裙子、短褲、襪子、帽T、嬰兒包屁衣、造型衣物等折法，包含一般法、口袋折法，除了平面照片步驟圖，也能透過QRcode動態影片輕鬆學會。同時教大家整理惱人的「錢包」，並且透過QRcode縮時攝影，欣賞整理前後大對比，非常療癒又能增加您的自信心。

◎收納讓您從「厭家」到「戀家」

上一次把沙發拉出來掃地是什麼時候？您有多久沒整理廚房儲藏櫃的過期商品？冰箱是不是常塞爆？經常找不到心愛的衣物、書籍？因為不知從何著手，乾脆不整理，天真以為等年底大掃除就能解決雜物堆積。之琳要解救大家了！她將二十幾年整理心得不藏私分享，從居家重點區域、錢包和衣物整理，到書籍、照片、紀念品收納，改變長輩愛囤積物品的習慣，一本全攻略。並透過整理前後比較，快速掌握收拾重點，讓您從厭家到戀家、身心更健康，進而用自己的成果與喜悅影響家人與周圍的親友！

◎超強口袋折衣術附影音QRcode

提供上衣、毛衣、西裝、褲子、裙子、短褲、襪子、帽T、嬰兒包屁衣、造型衣物等折法，除了平面照片步驟圖，也能透過QRcode動態影音輕鬆學會。

◎實景整理前後圖片對比

全書850張彩色圖片，並以實景做整理前後比較，讓你快速學到整理與收納技巧，並且生活空間乾淨整齊、身體能量與運氣跟著提升。

◎淺顯易懂收納重點說明

強調整理非一直扔掉東西，而是從帶適合的東西回家開始，使生活更愜意。搭配之琳淺顯易懂文字，讓收納變得更簡單、更有趣！

◎聯合推薦

型男整理師／Mr.許

藝人／王思佳

資深經紀人／許惟援

主持人＆甜心媽咪／蔡逸帆

全方位表演者／蕭志瑋（八弟）

（以上依姓氏筆畫順序排列）

作者介紹：

于之琳

專業收納整理師

民國78年次女生，小學就開始整理自己的房間，正因為處女座的因子太強大，五年級時便自告奮勇要整理司令台後方的小倉庫；高中時因為到同學家玩，看不下髒亂而動手幫同學整理；大學時好朋友生日，送給對方的禮物是裝內褲、襪子的收納用品。

從未想過自己的天分可以成為職業，26歲即成為專業收納整理師，擁有的能力是一看到整理前的現場，就能在腦中浮現整理後的樣貌。環境再亂都不怕，反而很想立刻捲起袖子工作，最喜歡整理完後所爆發的成就感，也因為這個成就感支持著自己一路走到現在。最引以為傲的是搬家多次，總能在搬家當天將所有物品歸位完畢。

除了從事到府整理服務，也在各大學校、企業、公家機關（例如：台灣大學、遠雄集團、公平交易委員會、綠色和平組織等），分享整理收納的大小事。也經常接受各大報章雜誌、電視採訪。自己管理的網頁影片更有千萬點閱率，影片也發酵到世界各地，被香港、馬來西亞、中國大陸等轉發。

FB粉絲專頁：「之琳到你家—居家收納整理」

目錄: ●整理收納用品前，請先聽我說個故事！

●超強整理收納術守則

●推薦序1——型男整理師：Mr.許

●推薦序2——藝人：王思佳

●推薦序3——主持人&甜心媽咪：蔡逸帆

●推薦序4——資深經紀人：許惟援

●推薦序5——全方位表演者：蕭志瑋（八弟）

●作者序——從整理的過程中探究自己的心！

●超強整理術搶先看！

超強整理術搶先看1：POLO衫

超強整理術搶先看2：短袖上衣

超強整理術搶先看3：長袖上衣

超強整理術搶先看4：毛衣

超強整理術搶先看5：長版上衣

超強整理術搶先看6：長袖帽T

超強整理術搶先看7：襯衫

超強整理術搶先看8：短褲

超強整理術搶先看9：熱褲

超強整理術搶先看10：連身短褲

超強整理術搶先看11：連身長褲

超強整理術搶先看12：長褲

超強整理術搶先看13：吊帶褲

超強整理術搶先看14：不規則形長褲

超強整理術搶先看15：短裙

超強整理術搶先看16：過膝裙

超強整理術搶先看17：假兩件內搭褲裙

超強整理術搶先看18：西裝外套+長褲

超強整理術搶先看19：蝙蝠俠造型服

超強整理術搶先看20：嬰兒包屁衣

超強整理術搶先看21：三角內褲

超強整理術搶先看22：四角內褲

超強整理術搶先看23：短襪

超強整理術搶先看24：褲襪

超強整理術搶先看25：床單

- 前言1——小試身手，從錢包開始整理
- 前言2——大呼過癮，整理前後縮時攝影
- 前言3——原來折衣物這麼簡單！

第一篇 搞清楚為什麼想整理？房間反映你的生活模式

- 沒人住的房間只會變髒不會變亂

●我不是天生會整理

●什麼是斷捨離？

●斷絕非必需、非自己所愛的

●這十種人的家最容易變亂

一、搬完家才整理的人

二、活在過去的人

三、擔心未來的人

四、收納用品太多的人

五、物品太多只進不出的人

六、公共區域分配不明確的人

七、無法將物品歸原位的人

八、生活習慣不好的人

九、不了解自己的人

十、不懂得拒絕的人

- 找出家中三種沒有你會死的物品

第二篇 整理前你想知道的事？動手前先掌握正確方向

- 別再錯怪打掃阿姨或清潔公司

●整理、收納、收拾的差異

●整理從最好下手的物品開始

●房子抽脂後必須維持好習慣

第三篇 物品被帶回家的意義！進入家門前先了解需要性

●不背叛你與物品的關係

●斷捨離與極簡主義的差異

●購物心態和聰明選購

●不被商業活動綁架金錢

●減法人生讓你獲得更多

第四篇 整理從自己開始！由內而外，從「心」出發

●整理是打理內心的渾沌

●你對生活環境的期待

●空間留給真正喜歡的物品

●喜歡囤積與收藏大不同

●無痛丟棄教學法

第五篇 各類別一一擊破！創造屬於自己的流行

●不放過任何一件衣物

●按照個人習慣分類衣服

●讓不適合自己的物品早日投胎

●創造時尚別複製時尚

●選擇適當折法與衣櫃速配

1.傳統疊疊樂折法

2.層架拼組成衣櫃

3.抽屜高度影響衣服折法

4.衣物掛式收納

5.直立式收納排排站

6.口袋式折法不會倒

7.直立式和口袋式折法共通點

8.內衣平放不破壞形狀

9.善用雜貨小物收納衣物

●衣櫃更美觀三點靈

- 1.衣架與收納用品款式一致
- 2.衣物放置講究顏色深淺
- 3.讓衣服有呼吸的空間

●送出門前先檢視投胎區物品

- 投胎區衣物可以去哪裡？

●幫每件衣物找到好朋友

●鮮乘廚後加減

過期的食材罐頭一律不聯絡

儲存空間發揮淋漓盡致

●冰箱存放的是食材還是廚餘？

有進有出利用標籤提醒

●掌握浴室備用品數量

控制清潔用品數量

備用品避免潮濕

●書不是擁有就等於吸收

按照功能性分類

●排列尺寸不一的書

●綠化或裝飾品溫暖書櫃

●挑選書櫃有祕訣

●書籍和CD收納法

●書房或辦公桌的整理準則

●補充大腦的記憶體

●更聰明長期保存

●惹人愛又惱人的小東西

要你好看的小瓶罐罐

依照電器使用頻率決定位置

女人不懂男人的3C商品

你到底藥不藥？

紀念品存在的意義

第六篇 我真的需要收納用品嗎？先整理和篩選

●擒賊先擒王，避免惡性循環

●一次買齊同款收納用品

●別急著為收納用品貼標籤

●挑選收納用品三撇步

一、白色清爽又百搭

二、挑同品牌與款式

三、塑膠材質方便清潔

●租屋族只能住醜醜的家？

第七篇 孩童物品整理技巧！誰說有孩子的家就一定亂

●多到如山高的孩子衣物

不買下一季衣物

精挑細選可以永續恩典

恩典牌意義非常大

孩童衣櫃抽屜不需要太深

透過圖示增強孩子收納能力

●從小培養孩子閱讀與挑選書籍

●玩具多寡與親子關係不成正比

玩具不是丟給孩子玩就好

養成孩子惜物好習慣

●按照玩具類型分類

●為孩子購物失心瘋發作

避免花許多冤枉錢

給心意滿滿親友建議

尊重孩子私人空間
選擇可移動和組裝的家具
●媽媽包輕鬆背出門
數量簡化並有效分裝
●讓打包行李變成愉快的事
列出物品清單
大罐變小罐開心玩
分類收納避免尷尬
旅行衣物選擇與收納
回程打包術絕對滿意
●孩子有專屬的行李箱
●靠整理增進親子關係
0~2歲孩子玩遊戲學收拾
3~5歲孩子建立更多遊戲規則
6歲以上孩子擁有自發與思考力
父母不干涉，讓孩子自由發揮
●家庭安全的重要性
●保母工作讓我見到孩子可愛處
●不讓長輩住在倉庫
尊重爸媽的物品與自由意志
第八篇 讓收納整理的成果影響你在乎的人，但請不要強人所難！
●明確畫分每一位家庭成員的區域
先找出屬於自己的物品
勿擅自決定他人的物品去留
以身作則從自己開始
●不幫忙收拾只協助規畫
●舒服的空間讓人想停留
●最感動的案例：第一次讓我後悔踏進的家

..... (收起)

[超簡單整理收納術，讓家煥然一新！](#) [下载链接1](#)

标签

生活

收纳术

收纳

于之琳

[華語]

(已借)

评论

[超簡單整理收納術，讓家煥然一新！下载链接1](#)

书评

[超簡單整理收納術，讓家煥然一新！下载链接1](#)