

## 「那一年，沒打完的『肥』水之戰」主題書展

展期：108年1月29日(星期二)至108年3月3日(星期日)

地點：三樓新書展示區

簡介：

你毅力過人，再次捲土重來，  
不求百世流芳的榮耀，只求一日清白的光環，  
像以往一樣，在沙場大喝：  
「清潔劑、牙刷，排排站好！」  
「小蘇打、肥皂，各就各位！」  
但請先等等，顧了沙場，也別忘了——  
老將軍，心裡的垃圾也該倒一倒。

打掃或整理，從來都不是只有一種方法，  
如果不知從何開講，那可以先練習說說話，  
至少，我為你沏的這壺茶，  
剩下的茶渣，還可以用來清冰箱。

書單：

序號	書名	作者	年代	出版社	索書號
1.	安慰的藝術：為人療傷止痛的話語和行動	沃克 (Walker, Val) 著	2014[民 103]	商周出 版,城邦 文化出 版：	176.525 3240 103
2.	你的感覺,我懂!: 同理心的力量,創造自我了解與親密關係	喬拉米卡利 (Ciaramicoli, Arthur P.) 著	2009[民 98]	麥田出 版：	176.525 2592 98
3.	收納全書：整理+收納+維持,學會最完整的日式細節居家整理術	游韻馨 譯	2014[民 103]	積木文 化出 版：	422.5 0222 103 c .2
4.	10分鐘懶人快速收納 365	陳映如 著	2007[民 96]	麥浩斯 出版：	420.26 7564 96
5.	斷捨離行法	川畑伸子 作	2011[民 100]	三悅文 化圖書 出版：	422.5 2921 100
6.	斷.捨.離 打造能量屋篇.	山下英子 著	2012[民 101]	天下雜 誌出 版；	422.5 2141 101 c.2

7.	省錢 x 省時 x 省力的聰明主婦 家事指南：收納.清潔.打掃 技巧一網打盡, 從今天起輕 鬆持家	郭智妍	2016[民 105]	尖端出 版：	420 0784 105 c.3
8.	世界第一名清潔婦教你一條 毛巾掃除術	新津春子 (にいつ, はるこ), 1970-	2016[民 105]	臺灣廣 廈出 版；	420 0351 105
9.	東西少一點,更幸福!: 幸福 奶奶的生活整理術	權奶奶 (ごんおばぢゃま) 著	2013[民 102]	天下雜 誌出 版；	420 4444A 102
10.	沒時間才更要學的理家 術：家有三子的職業婦女讓 家事 x 家計都 easy 的方法	尾崎友吏子	2017[民 106]	方智出 版：	420 7245 106
11.	3 倍速聰明做家事全圖 解：將微小家務事融入於日 常生活習性中,麻煩的家務瞬 間完成	趙允慶 作	2014[民 103]	臺灣廣 廈出 版；	420 4920 103 c.2
12.	我決定簡單的生活.	茶熊	2017[民 106]	三采文 化,	192.5 4421A 106
13.	失控的同理心：道德判斷的 偏誤與理性思考的價值	布倫 (Bloom, Paul)	2017[民 106]	商周出 版：	176.525 4028 106
14.	這輩子,最後一次大掃 除!: 30 分鐘超神奇魔法整 理術	腹肉豔子 圖.文	民 102[201 3]	采實文 化,	420.26 7421 102
15.	解決居家の 100 個煩惱：從 設計到設備,從收納到去汗,達 人總動員,幫你搞定居家心頭 痛	原點編輯部 著	2013[民 102]	原點出 版：	420.26 7625 102
16.	5 分鐘無毒掃除法：5 分鐘 輕鬆上手, 不花錢就地取材, 享受無毒好生活!	沖幸子 著	2011[民 100]	時報文 化,	420.26 3541 100
17.	家事小老師：家事眉角報給 你知	許書蓉 編著	2013[民 102]	智學堂 文化出 版：	420.26 0854 102 c.2
18.	簡單, 也是一種哲學	華格納 (Wagner, Charles, 1852-1918)	2017[民 106]	八旗文 化,	192.5 4442A 106
19.	父母家的斷捨離：囤積狂與 斷捨離主義者的對決	山下英子	2017[民 106]	太雅,	528.2 2141A

					106
20.	親子關係斷.捨.離：從不幫他整理房間開始, 教出獨立但和你親密的孩子	山下英子	2016[民105]	大是文化,	528.2 2141A-2 105
21.	手工環保清潔劑配方大公開：小蘇打.醋.肥皂	岩尾明子 著	2012[民101]	漢欣文化,	420.26 2761-3 101 c.2
22.	原來小蘇打可以這麼用	蘭斯基 (Lansky, Vicki) 著	2006[民95]	非馬出版：	420.26 4444 95 c.3
23.	樂活除菌主義：以天然素材輕鬆除菌.抗菌	佐光紀子 著	2007[民96]	智富,	420.26 2921-2 96 c.3
24.	無毒去污大事典	佐光紀子 著	2012[民101]	日月文化出版；	420.26 2921 101
25.	生活簡單,從小做起	詹姆斯 (James, Elaine St.) 著	1998[民87]	新路,	420.26 2744 87
26.	居家維修自己來：200種清潔妙法&修繕祕訣速成!	黃瓊仙 譯	民88[1999]	培根文化出版；	429.8 4412 88 c.2
27.	早上10秒的打掃習慣,人生就此改變	今村曉 著	2014[民103]	方智出版：	429.8 8046 103 c.2
28.	清潔寶典：詳盡圖解1000+ 終極掃除妙招	陳安祺 作	2011[民100]	麥浩斯出版：	429.8 7533-2 100
29.	療癒好情緒：養成不囤積「憤怒」、「不安」、「沮喪」的習慣	和田秀樹	2013[民102]	天下雜誌出版：	176.52 2624 102
30.	懶人快速清潔300招	陳安祺 著	2006[民95]	麥浩斯資訊出版：	429.8 7533 95 c.3
31.	生活清潔劑：過去使用太多化學清潔劑了!	F.book	2016[民105]	大田,	429.8 5100

					105 c.2
32.	照顧衣服很 EASY	申屠光 著	1998[民 87]	文喬,	429.9 5079 87 c.2
33.	簡樸生活的實踐：從丟東西 開始的豐富人生	傑 (Jay, Francine)	2016[民 105]	如果出 版：	429.8 2529 105
34.	減法打掃術：省時省力省步 驟,早晚 10 分鐘拯救髒亂人生 的輕鬆祕訣	東和泉 著	2014[民 103]	野人文 化出 版：	429.8 5022 103
35.	笑的科學：解開人為什麼會 笑、笑點為何不同,與幽默感 背後的大腦謎團	威姆茲 (Weems, Scott) 著	2014[民 103]	貓頭鷹 出版：	176.52 5344 103
36.	不被雜物綁架的人生：7 個 讓你更自由的極簡生活提 案	貝克 (Becker, Joshua)	2016[民 105]	高寶國 際出 版：	192.5 6040 105
37.	生活簡單就是享受：享受真 實生命的 100 種慢活	詹姆斯 (James, Elaine St.)	2017[民 106]	新雨,	192.5 27442 106
38.	簡單生活清單	洛羅 (Loreau, Dominique) 著	2013[民 102]	文經 社,	192.5 3760 102
39.	什麼都不買的一年	卡勒 (Kaller, Nunu)	2016[民 105]	平安文 化,	192.5 2144 105
40.	整理力就是學習力!讓孩子自 動自發管理時間、空間、人際 關係	尹善鉉	2018[民 107]	高寶國 際,	177.2 1788 107
41.	一天 15 分鐘,改變人生的整理 術：讓你重燃生活熱情的 空間.時間.人脈管理法	尹善鉉 著	2013[民 102]	高寶出 版：	177.2 1780 102
42.	休日手帳：180 度改變人生 的 52 個假日提案	佐藤傳 著	2014[民 103]	遠流出 版,	177.2 2442A-3 103
43.	一個人的心情整理簿：情緒 怪怪的時候,這樣問自己能找 到答案	大野裕 著	2014[民 103]	大是文 化,	172.9 4063 103
44.	不失算的大腦除錯術：50 個 馬上改掉偏見.粗心.衝動情緒 的自助思考法	迪薩弗 (DiSalvo, David) 著	2013[民 102]	大寫出 版：	176.51 3545 102

45.	不被情緒綁架的日常：42則 心理諮商師親授.天天都好用的 情商升級指南	劍聖喵大師	2018[民 107]	高寶國 際出 版：	176.5 8164 107
46.	不生氣的工作：第一本情緒 問題的解決指南	邱永林 著	2009[民 98]	高寶國 際出 版：	176.5 7734 98
47.	不偽裝 不勉強 遇見更好的自己	小川仁志	2017[民 106]	麥田出 版：	176.5 9224 106
48.	不被壓力綁架：駕馭壓力黃金 8 法則，在關鍵時刻不失 常，表現出眾！	亞雷德 (Alred, Dave)	2017[民 106]	三采文 化，	176.54 1012 106