

聰 チメ

明 メ

打 カ

掃 ハ

我 ワ 的 ノ 家 カ 事 ノ 小 チ 秘 ヒ 笈 ツ





在家裡，有哪些家事呢？



給花兒與植物澆水



將晾乾衣物收進屋內



用抹布擦窗戶

清掃傢俱與電視上的灰塵



整理房間

清理地板

倒垃圾

買東西

疊衣服

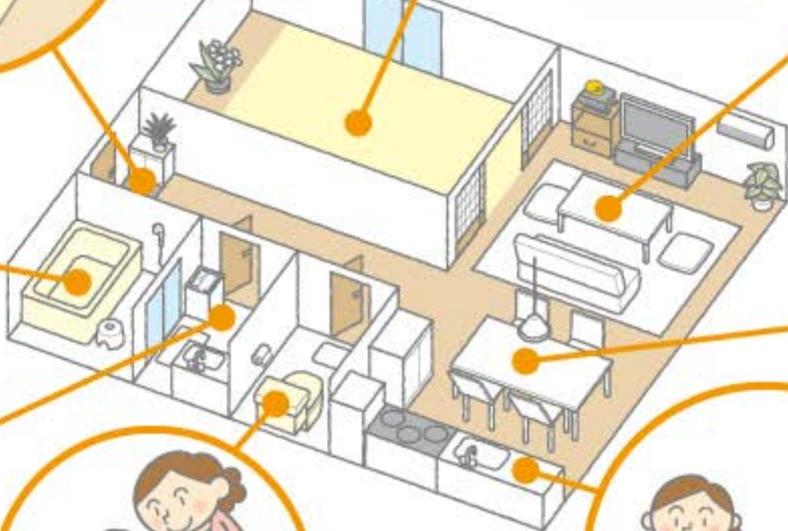
餐後整理碗筷



擺放菜餚



清潔浴室



洗碗盤



煮菜

洗衣服



打掃廁所





讓我們一起想想， 家事裡關於「打掃」 的各種問題吧！

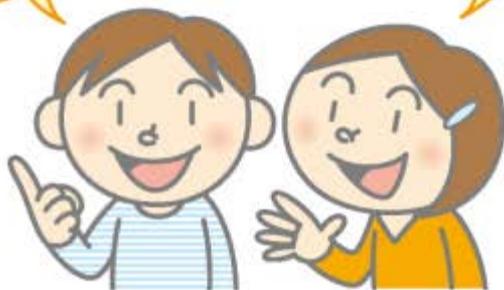
- 在家裡是由誰負責打掃工作呢？
- 如果家裡都不打掃的話，家會變成什麼樣子呢？
- 房間永遠保持乾乾淨淨的，會是什麼感覺呢？請大家動動腦吧！



為什麼打掃這麼重要呢？

因為可以讓生活更舒適

因為可以學會愛惜物品



成為家事高手的小秘訣



整理高手

- 整理時要縮小
- 集結整理



收納高手

- 把物品放在固定位置
- 使用後放回原位



聰明高手

- 活用打掃用具



分工高手

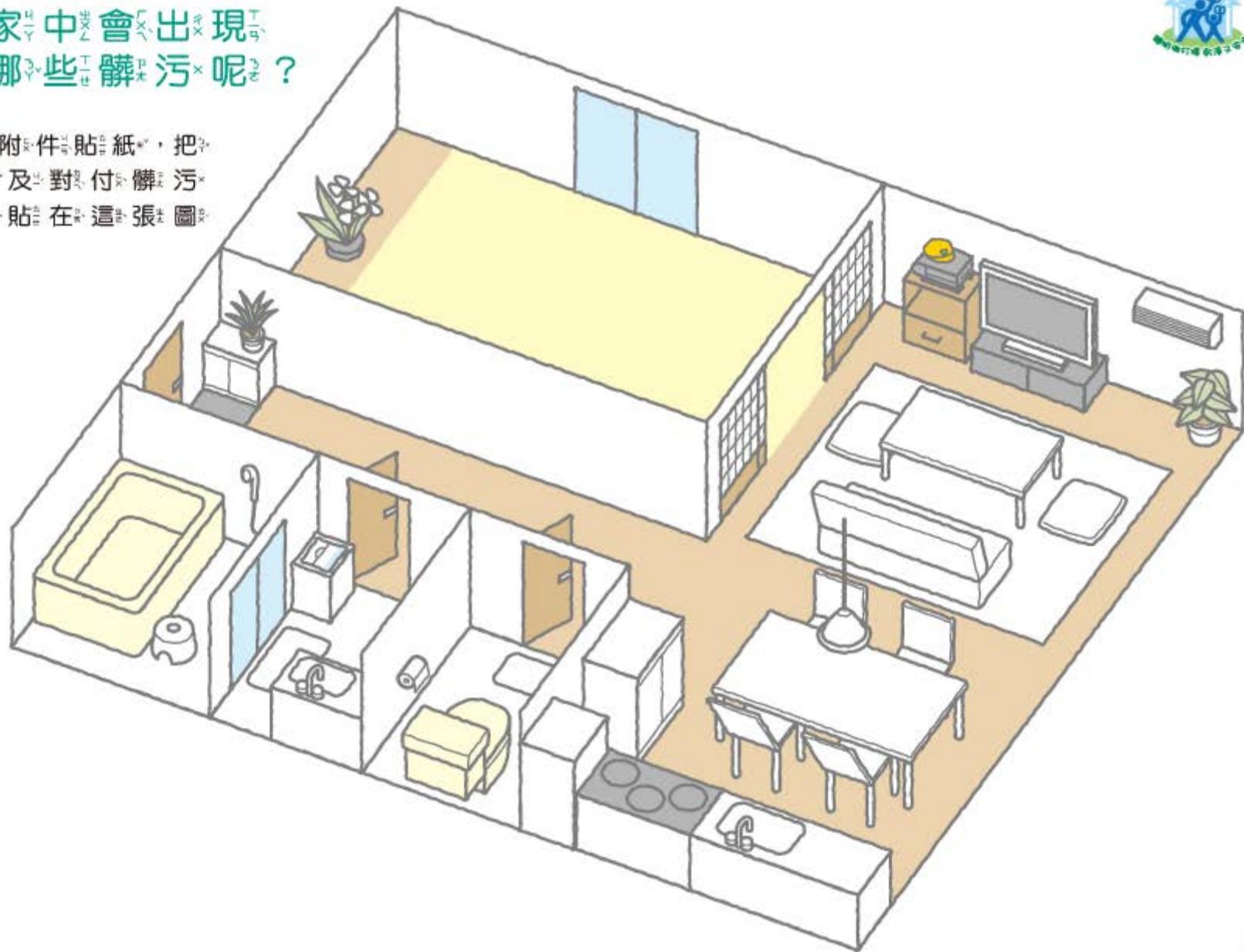
- 全家同心協力



家中會出現 哪些髒污呢？



請利用附件貼紙，把
髒污以及對付髒污
的工具貼在這張圖
片上。





讓我們一起挑戰
家中的「打掃」工作吧！



！ 打掃的基本原則

基本原則 1



打掃前，請先打開窗戶，
並從整理物品開始。

為了不讓灰塵在室內循環，
請先打開窗戶，保持空氣
流通，再開始打掃！並將使用過物品歸
回原位，以免妨礙打掃作業的進行。



基本原則 2



打掃時要「由上而下」

由於灰塵具有由上飄下的
特性，若是先清潔地板，
才開始清掃電視或架子上
的灰塵，灰塵會落地而
把地板再次弄髒。一定要
記得，「打掃的基本原則是
由上而下」！



打掃完畢後，記得要洗手喔！

瞭解基本原則後，
讓我們一起試著挑戰
各種打掃工作吧！



挑戰打掃家中
不同區域！

透過打掃不同場所
的經驗，可以學習
到各式各樣的打掃
方式喔！



依場所與髒污的程度，挑戰
善用「打掃用具」的方法！

究竟哪裡需要什
麼樣的打掃用具
呢？請看次一頁
內容，試著挑戰
各種打掃方式吧！

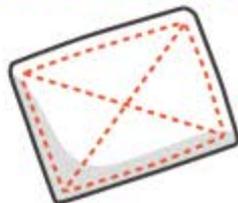




基本擦拭打掃

我們在不同的場所和地方要分開使用不同的布喔！

抹布



使用場所

客廳、廚房、走廊、窗戶、廁所

擦桌布



使用場所

廚房或客廳桌面



將水分徹底擰乾的正確方法

1



將沾濕的抹布捲成條狀

2



以一手在上、一手在下的方式，縱向擰住抹布，雙手往手腕內側扭轉抹布。

3



盡量扭乾抹布，直到擠不出水分為止。

無法完全擰乾水分的方式



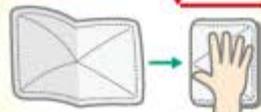
揉成一團後按壓擠乾



以橫向方式扭乾

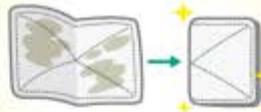
使用方法

1



將擦桌布摺疊成差不多手掌大小後，參照圖示紅色箭頭方向，從頭到尾徹底擦拭。

2



擦桌布變髒後，折翻到乾淨的另一面，繼續擦拭。

清洗方法

1



先浸在水桶，去除較小的髒污。

2



雙手抓住擦桌布，以互相搓洗的方式去除髒污。

3



清洗乾淨後，擰乾水分。



進階擦拭打掃

無法用濕布擦掉的油污，可使用清潔劑，以下列方式輕鬆去除污垢！

使用清潔劑時，記得場所要通風並有家人的陪同喔！



流理台

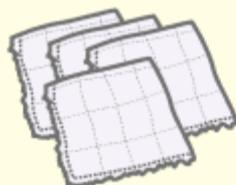
油污混合灰塵的髒污，只用清水比較難清除，此時利用清潔劑可清除頑垢喔。



廚房專用清潔劑

使用清潔劑時的好用道具

小塊抹布



舊牙刷



將舊毛巾或 T-Shirt 剪成小塊，做成迷你抹布的話，使用起來會更方便！

準備丟棄的舊牙刷，也能成為很棒的清潔用具喔！在清潔細部髒污時，能發揮很大的效果喔！

客廳

畫在地板、桌面、牆壁上的塗鴉，光用水是無法清潔乾淨的！鉛筆的痕跡，可用橡皮擦；蠟筆的痕跡，可用清潔劑搓擦去除！



玻璃專用清潔劑

窗戶

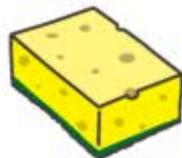
髒污情形十分嚴重時，使用玻璃專用清潔劑，就能不留下擦拭痕跡，將窗戶擦得乾乾淨淨！

因為油脂和水分子互不相容，所以光用清水，很難去除油垢。而清潔劑能讓油脂與水分子相容，如此一來就能成功清除油垢！



清洗餐具

海綿

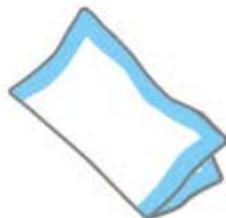


碗盤清潔劑



擦乾餐具

擦碗布



洗盤子的方法



1 先用廚房紙巾把髒的地方擦乾淨。



2 把清潔劑倒入裝了水的容器，稀釋成清潔液之後，再把盤子放到水槽裡。



3 用海綿沾一些稀釋液，用手揉捏海綿，讓海綿開始有泡泡。



4 用海綿把盤子洗乾淨。



5 盤子背面也要好好洗乾淨。



6 用水仔細沖乾淨盤子上的污垢和清潔劑。



7 把盤子放到碗架上。

擦乾盤子的方法



正面、背面都要擦乾。裡面、外面都要擦乾。

※記得要用乾淨的擦碗布喔！

擦乾之後，放回放的碗盤的櫃子。



使用清潔劑的時候，要請家人陪在你身邊一起使用喔。小心不要敲破杯盤，或是把杯盤摔破囉！



浴室清潔打掃



衛浴專用
海綿
(菜瓜布)



衛浴專用
清潔劑



將附著在浴缸邊緣的水垢(黏滑污垢)刷洗清除。



撿起掉落毛髮。

將附著在地板、牆、洗臉台、浴室、凳子等處的發霉部位或黏滑水垢刷洗乾淨。



將擺放洗髮精或潤絲精的容器或架子清洗乾淨重新擺放，看起來會更舒暢喔！

使用清潔劑時，記得要有家人陪同喔！

廁所清潔



馬桶刷



抹布

馬桶專用
清潔劑



①

利用馬桶刷將馬桶裡面的污垢刷乾淨。

②

用抹布或廁所紙巾清除馬桶邊緣及坐墊處的髒污。

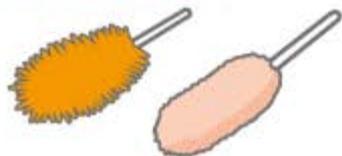


③

用抹布或廁所紙巾將噴濺到馬桶外圍與浴室地面上的污垢或灰塵擦拭乾淨。



打掃房間



除塵揮

掃除灰塵時，要記得「由上而下」！不容易看到的地方，例如傢俱的縫隙、窗簾、拉門、電視上方與按鈕之間等處，也會有灰塵喔！使用時，要小心避免灰塵跑到眼睛裡或是沾到身上！



※地板角落等處容易累積灰塵，所以打掃時記得房間角落和傢俱下方也要徹底清掃。

地板拖把 除塵拖把



地板角落等處容易累積灰塵，所以打掃時記得房間角落和傢俱下方也要徹底清掃。

使用吸塵器時，秘訣就在於順著地板或木質地板縫隙方向，緩慢地前後移動。如果過於用力貼緊地面，可能會損傷牆壁或傢俱，要多留意喔！

吸塵器



打掃玄關

掃把、畚箕



為了避免垃圾四散，請勿隨意揮舞掃把。使用畚箕時，請從後方一邊挪動，一邊將垃圾掃入，就能順利清掃乾淨喔！



挑戰週！

讓我們來嘗試挑戰各種家事吧！

平常就會做的家事項目請畫「○」，
這次要挑戰的家事請畫「◎」！



平常就會做的家事請畫「○」	這次要挑戰的家事請畫「◎」		確實完成後，請家人幫你貼貼紙吧！											
		整理房間	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		擦拭家具或電視上的灰塵	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		拖地	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		擦窗戶	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		吃飯前或吃飯後將餐桌擦乾淨	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		做菜（幫忙做菜）	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		擺放餐具（協助擺放）	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		把菜餚端到桌上	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		飯後收拾碗盤	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		清洗碗盤	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		擦乾碗盤	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		打掃浴室	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		打掃廁所	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		將家門口鞋子排放整齊	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		收晾乾的衣服	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		摺衣物	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		買東西（幫家人跑腿）	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		幫花或其他植物澆水	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
		美化（裝飾）房間	☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次
			☆	☆	☆	☆	☆	5次	☆	☆	☆	☆	☆	10次

擰抹布、擦桌子實作課程

實作：10分鐘 (洗抹布 & 把水擰乾)

1



先浸在水桶，去除較小的髒污。

2



雙手抓住擦桌布，以互相搓洗的方式去除髒污。

3



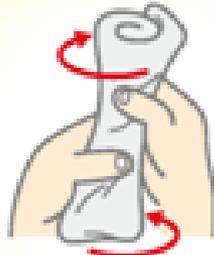
清洗乾淨後，擰乾水分。

1



將沾濕的抹布捲成條狀。

2



以一手在上、一手在下的方式，縱向握住抹布，雙手往手腕內側扭轉抹布。

3



盡量扭乾抹布，直到擠不出水分為止。

實作 (擦桌子)



無×法×完×全×擰×乾×水×分×的×方×式×

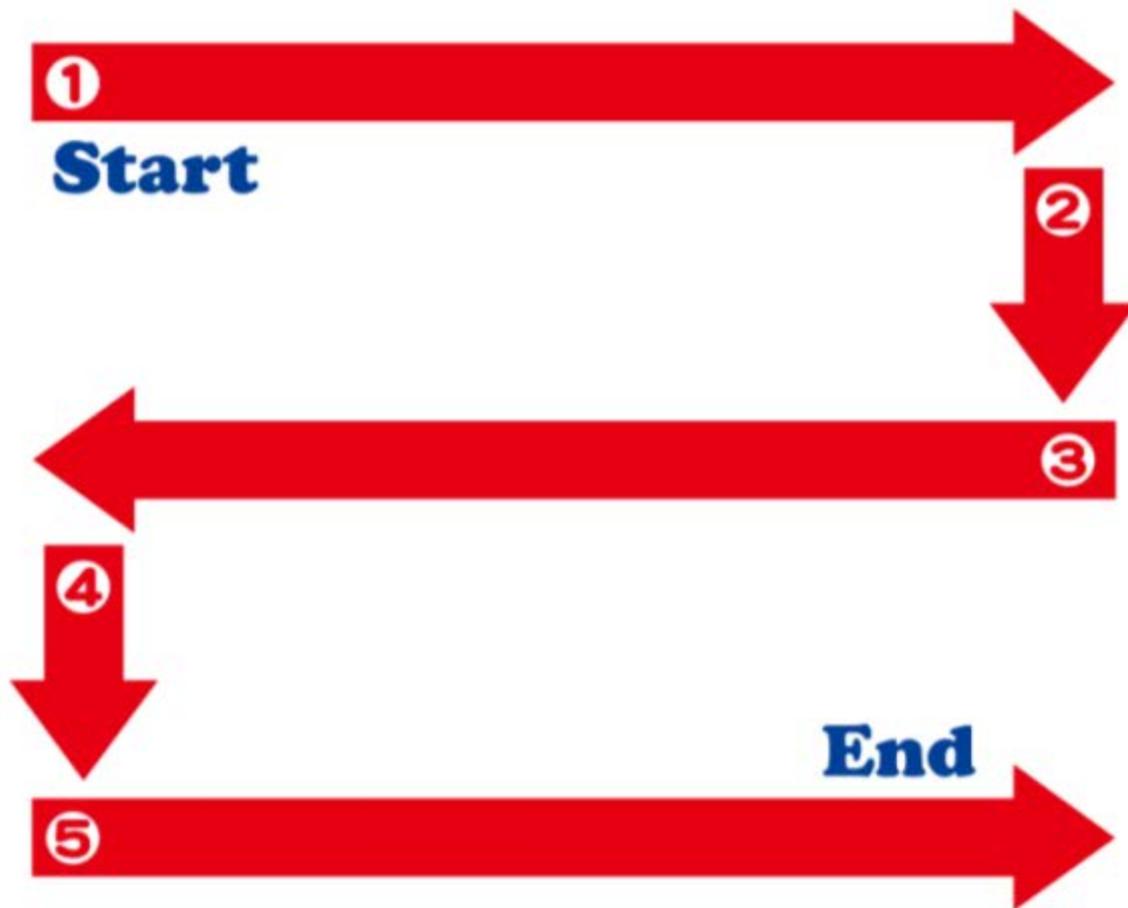


揉成一團後按壓擠乾



以橫向方式扭乾

將擰乾的抹布按照順序擦拭桌面



實作 (擦桌子)

