

單元/主題		單元十一 衣物整理密技
基本資料	年級	高一下
	堂數	每週 3 堂/本單元總計 9 堂
議題融入		議題：環境教育    學習主題：永續發展 實質內涵： 環 U5 採行永續消費與簡樸生活的生活型態，促進永續發展

↔

價值定位

1. 學生主體：以學生生活經驗為主軸，並以家庭為主要學習情境，透過實際操作以提升家事處理能力。

2. 適性揚才：根據學生能力現況與個別需求，提供適合的學習內容，以提升學習動機與激發學生潛能。

3. 務實致用：引導學生將所學應用在生活情境中，以解決實際生活中所面臨的問題。

4. 職涯發展：學習居家相關從業人員所需之專業知識與技能，以銜接職場所需的工作能力。

5. 終身學習：培養服務群工作的基本態度，將整理歸納概念落實在生活中，以提升自我照顧與生活品質的能力。

呼應領域/科目核心素養： 一、 <u>具備服務基礎知識與專業精神</u> ，表現挑戰自我、檢討與反省之素養，以及欣賞體會服務與生活美學之關係，進而提升生活品質。 三、具備服務相關領域之基礎實作能力，透過自我精進與超越，展現各式服務職能，並能解決職場各式問題。 五、具備各式服務職場所需之基礎清潔技能，能以同理心積極溝通互動與協調，並展現團隊合作精神與行動。									
學習目標：									
學習內容		學習表現	服務-技-家技 I -1 了解生活用品的類型與功能，展現生活整理歸納的服務職能	服務-技-家技 I -2 具備生活用品設備與相關器具的基礎操作技能，落實職業安全與衛生知識的維護能力。	服務-技-家技 I -3 具備家庭資源利用與管理能力，增進個人的生活品質。	服務-技-家技 I -4 具備家務處理的工作倫理與工作態度，積極溝通互動與協調，展現互助合作的精神與行動。	服務-技-家技 I-5 了解相關勞動權益與環境保育的法令規章,並能應用於個人生活、參與社區及就業適應。	分析學生於本單元相關的學習功能/先備能力 1. 具備空間概念。 2. 具備收納整理的基本概念與技巧。	思考課程調整原則 1.學習內容： 保留，無須調整。。 2.學習歷程： (1)小組採異質性分組。 (2)分組合作時，強調小組相互合作完成。 (3)操作流程除了示範並搭配圖片解說 3.學習環境： 將 A、B、C 生座位調整於各組靠近老師的位置，或安排較能協助的同儕在旁協助。 4.學習評量： 紙筆/實作/口頭/觀察評量。
		F.衣物整理與收納	服務-技-家技I-F-a 日常衣物摺疊與收納 服務-技-家技I-F-b 換季衣物整理與收納 服務-技-家技I-F-c 衣物整熨工具使用與注意事項	單元學習目標 1.衣物乾燥完畢後，能夠整齊摺疊自己的衣物，收納在收納空間中，整齊擺放，落實家庭分工合作的精神。（服務-技-家技 I -1、服務-技-家技 I -2、服務-技-家技 I -3、服務-技-家技 I -4、服務-技-家技 I -F-a） 2.知道換季衣物收納的重點，能在生活情境中進行換季衣物收納工作。（服務-技-家技 I -1、服務-技-家技 I -2、服務-技-家技 I -3、服務-技-家技 I -5、服務-技-家技 I -F-b） 3.淘汰衣物時能以惜福愛物的態度，妥善整理能捐贈的衣物。（服務-技-家技 I -1、服務-技-家技 I -2、服務-技-家技 I -3、服務-技-家技 I -5、服務-技-家技 I -F-b） 4.熟練熨燙工具使用方法，有效整理衣物。（服務-技-家技 I -1、服務-技-家技 I -2、服務-技-家技 I -F-c）					

設想連結的情境		設計總結性表現任務		學習活動/脈絡設計				特定學生的策略/資源/輔具		
1.針對家裡或教室內私人衣物進行摺疊、衣櫃收納整理。 2.家裡或住宿時實際操作換季衣物的收納技巧。 3.家裡或學校時實際操作熨燙衣物的技巧。		1.在居家情境中，養成良好習慣，完成衣物摺疊與收納。 2.在居家情境中，換季時整理換季衣物。		單元子題	第一節 日常衣物收納與摺疊		第二節 換季衣物收納與整理		第三節 整燙工具的操作技巧	
				堂次	1-4		5-6		7-9	
				學習活動	課堂討論：以新聞事件，衣服堆積如山的新聞，連結學生生活經驗。 一、衣物摺疊技巧：衣物摺疊方法的介紹。  二、衣物收納工具：介紹各式衣物收納工具的用途。 搭配【隨堂練習一、二】進行衣物摺疊與收納實作練習		課堂討論：請學生分享換季衣物時的相關經驗 一、換季衣物收納重點：說明換季衣物收納五重點。 ※重要議題：環境教育：以快時尚潮流，導致的大量時尚垃圾議題，提醒不要過度購買流行衣物。 二、換季衣物收納工具：介紹各式換季衣物收納工具的用途。 搭配【隨堂練習三】進行衣物換季收納實作練習		課堂討論：利用小故事，引導學生分享是否有衣服皺皺的相關經驗 一、熨燙工具：說明各式熨燙工具的用途與特色。 二、熨燙技巧：說明熨燙注意事項，再介紹各式基本熨燙技巧,最後講解各式衣物熨燙方法。 搭配【隨堂練習四】進行整燙實作	
					評量	口語、觀察、紙筆、實作		口語、觀察、實作		口語、觀察、紙筆、實作
				教學資源	各式衣物、各式衣物收納工具、衣櫥		各式衣物、各式衣物收納工具		各式衣物、熨燙工具	

# 單元十一 衣物整理密技



## 第一節 日常衣物摺疊與收納

## 第二節 換季衣物收納

## 第三節 整燙工具的操作技巧



我的學習目標。

1. 衣物乾燥完畢後，能夠整齊摺疊自己的衣物，收納在收納空間中，整齊擺放。
2. 知道換季衣物收納的重點，能在生活情境中進行換季衣物收納工作。
3. 淘汰衣物時能以惜福愛物的態度，妥善整理能捐贈的衣物。
4. 熟練熨燙工具使用方法，有效整理衣物。

## 第一節 衣物摺疊與收納

### 重點整理

衣物摺疊  
技巧

衣物收納  
工具

衣物收納  
方式

衣物在洗淨乾燥後，最常見的整理方式是摺疊收納和吊掛收納，若能夠像商店般陳列，不只讓自己打開衣櫥時，可以一目了然，掌握自己有哪些衣服並能隨時作搭配，也可以避免找不到衣物或者買到重複的衣服等情況。

#### 課堂討論

新聞報導所呈現的房間，許多衣服沒有妥善整理，衣櫥塞爆，衣物堆積如山，讓房間看起來凌亂不堪，當要找衣服或是配件時，可能會面臨找不到。



▲衣物堆積如山

1. 請問你個人衣物在洗淨乾燥後，會如何整理呢？  
☐摺疊 ☐吊掛 ☐固定位置擺放堆積 ☐隨意放置。
2. 你是否和報導中的對象有相同的經驗呢？
3. 你認為可以給報導中的對象什麼改善房間整潔的建議呢？



### 壹、衣物摺疊技巧

衣物摺疊是常用來整理衣物的方法，摺衣服的方法也有許多種，無論是哪一些摺疊衣物的方法，都需要注意收納位置大小尺寸，將衣物摺疊成大小相同能夠整齊放置，最重要的是要養成衣物晾乾要立即摺疊收納的好習慣。

#### 一、口袋式摺衣法

衣物整齊直立排列在衣櫃抽屜裡或是平擺堆疊在抽屜裡，具備無論衣物怎麼拿取，衣物都不會散開，若增加隔板進行空間區隔，拿取衣物時，摺疊好的衣物也



▲口袋式摺衣技巧

不會倒下。

將抽屜擺放空間位置規劃好之後，就可以進行擺放動作，衣服用平擺堆疊的方式擺放衣物，無法一目了然，拿取衣物時還可能造成整疊衣服散亂，直立式擺放不易散亂，擺放重點就是將衣服摺成小件、形狀大小相同，然後立起來收納，就不容易散亂，但直立擺放，衣服還是有傾倒的機率，可以利用隔板、紙板或小盒子加強，放置分隔板的衣服會很整齊又好找。



▲ 利用隔板(紙板)或小盒子防止衣物倒塌

## 二、捲摺法

使用捲起的方式收納衣物，形狀像直接的圓筒，可整齊立於抽屜內。



▲捲摺法

## 貳、衣物收納工具



### 一、各式衣架介紹

衣架是收納衣物時常用工具，市面上有各式衣架，很多都有許多幫助收納的設計巧思，像是多用途衣架、多段式衣架、配件專用衣架等，針對自己所需選用合適的衣架，必能幫助你增加更多空間來吊掛衣物。以下介紹幾種常見的衣架：

#### ▼ 常見的衣架

款式	木質衣架	可固定式衣架	夾式衣架
圖示			
用途	吊掛西裝褲或裙子，具備橫桿的構造。	凹槽設計，可用在細肩帶、連身裙等服飾上。	適合用於牛仔褲、裙子等較有重量服裝。



款式	全套衣物架	多段式衣架	多孔式衣架
圖示			
用途	可以吊掛整套衣物的衣架，例如：西裝外套、襯衫和長褲等一整套。	此種衣架用一件衣服的空間，收納多件衣服。	此種衣架具備結省空間的優點。

## 二、收納箱盒介紹

如果衣櫥裡的衣服看起來像被轟炸過，或是覺得明明沒有很多衣服，衣櫥卻塞滿滿的，也並非衣櫥太小或東西太多，是沒有用對衣服收納的工具。箱盒材質多樣，可根據自己習慣和需求來選購適合箱盒，以下介紹增量收納空間小物：

### ▼ 增量收納空間小物

名稱	圖示	用途說明
小格 收納盒		市售的小格收納盒很適合放置小件衣物，例如襪子、圍巾、領帶、貼身內衣褲等等。
可堆疊塑 膠收納箱		塑膠收納箱尺寸有大有小，可以選擇能堆疊的收納箱，不僅美觀也好堆放，收納箱堆疊起來能變成收納櫃或著放在衣櫥裡空餘的空間都很好用。

名稱	圖示	用途說明
多層塑膠收納櫃		此種收納櫃不僅是一種形式，有的會設計成一般櫃子的樣式，可三層也可五層的，甚至可選擇透明的細長收納櫃，不管放甚麼都一目瞭然很好找，尤其適合貼在牆邊小縫隙，不浪費收納衣服空間。
掀蓋收納箱(整理箱)		衣物收納時最怕染塵及濕氣，可以選用有覆蓋收納箱或整理箱，保護衣物狀況。這類型整理箱有不同尺寸，大型收納箱可以裝進大量衣物，搬家或者換季時可以多加使用，最好選擇有附輪的整理箱或收納箱，方便搬運。
懸掛式衣物收納盒		衣櫥裡如果有側邊縫隙，也能加放懸掛式衣物收納盒，把不怕皺的衣物摺好放入，收納數會比吊掛多很多。

## 參、衣物收納方式

關於衣服的收納方式，可以分成吊掛與摺疊兩種，接下來會從哪一類衣服適合用摺的、哪一類衣服適合用掛的？以及各類衣物的收納配置說明。

### 一、吊掛式收納

厚重、易皺的衣物應該用衣架掛起來，例如：大衣、外套、洋裝及西裝等，以維持衣服的形狀，也減少自己下次穿著時，必須熨燙的麻煩。吊掛式收納，很適合沒有時間摺疊衣服的人，整理衣物的方法。

## 二、摺疊式收納

掛在衣架上會被撐大或易變形的衣物適合用折疊的方式收納，例如：毛衣、針織品、居家服、內衣褲等等。摺疊衣物的重點是摺疊後的大小相同，並兼顧衣物容易拿取不散掉，應該配合抽屜的幅度與深度，調摺疊後尺寸。

## 三、衣櫃收納技巧

衣櫃抽屜衣物若總是塞得滿滿的，導致衣物選取不易，若能改變摺法和擺放技巧就能增加更多的空間，以妥善使用每一吋收納空間。以下介紹衣櫃收納技巧：

### （一）吊掛式櫥櫃收納法

吊掛是衣物收納最簡單的方法，但掛衣服有技巧，應將肩線固定，釦子扣上，帶子綁上，使衣服接近原來的形態，避免衣服因拉扯變形，切記不能掛太多衣服以免衣服不好拿取，失去收納的意義。

「吊掛收納」要明確地分成外套區、襯衫區、洋裝區等等來吊掛收納。建議衣服長度可以由左往右遞增或者遞減，只要自己拿起來最順手即可。

衣服「上架」衣櫥需系統化規劃，不然沒多久又變回亂糟糟的老樣子。包括需判斷自己的使用習慣，像是常穿的衣物要放在好拿取的地方等。然而掛衣物雖然省事，但卻是最佔空間的作法，建議盡可能將不怕皺的衣服摺起來。

### （二）衣櫥收納方法

衣物的擺放位置也是提高衣櫃收納容量的重要指標，根據使用頻率，把經常穿的衣物放在容易拿到的位置；使用頻率低、較輕的物品放在衣櫃的上層位置；使用頻率低、較重的物品放在衣櫃的下層位置。最易拿到的位置是位於雙手自然放下，眼睛平視的時候，從正面水平到指尖的區域。

抽屜可依照穿搭部位來做分類，由上到下分別是從頭到腳，最上層可以收納貼身內衣褲等較小的物件，並搭配前面所提的收納小格子

收納；中層三層，則可以收納上衣，由輕到重，T-shirt 到帽 T 依層擺放；最下層則可以收納下半身的褲子和裙子。



## 隨堂練習一

### ◎活動名稱：衣物收納動起來

請同學們依照衣物收納的原則與技巧，回家進行衣物收納檢核表。

#### 衣物收納檢核表

收納重點	收納內容	自我檢核	家長檢核
(一)取出	把所有衣服集中	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(二)分類	1.上衣類 2.褲子類 3.裙子類 4.外套類 5.貼身衣物 6.配件	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(三)減量	1.淘汰款式太舊、退流行衣物 2.淘汰尺寸不合衣物(太大件或太小件) 3.淘汰兩季沒穿衣物(不會穿的) 4.淘汰破損、髒污衣物	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(四)歸位	1.依照衣服性質摺疊或吊掛收納 2.選擇適合的空間收納	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
備註： 1.請家長協助檢核學生是否有做到。 2.每個收納重點須至少完成一項。			

## 隨堂練習二

### ◎衣物折疊實作：

記得老師教過的折疊技巧嗎？打鐵要趁熱，趕快利用這些小祕訣，把自己的衣服整理一下，相信你一定會對自己刮目相看！請把摺好的衣物拍照貼上檢核表，由老師勾選驗收：

### 衣物折疊檢核表

	衣服種類	完成的照片	檢核
1	短袖上衣		<input type="checkbox"/> 表現優異 5 分 <input type="checkbox"/> 還可以 3 分 <input type="checkbox"/> 再加油 1 分
2	長褲		<input type="checkbox"/> 表現優異 5 分 <input type="checkbox"/> 還可以 3 分 <input type="checkbox"/> 再加油 1 分
3	長袖上衣		<input type="checkbox"/> 表現優異 5 分 <input type="checkbox"/> 還可以 3 分 <input type="checkbox"/> 再加油 1 分
4	帽 T		<input type="checkbox"/> 表現優異 5 分 <input type="checkbox"/> 還可以 3 分 <input type="checkbox"/> 再加油 1 分
備註：由老師進行評分，檢核表要至少獲得 12 分			總分：

## 第二節 換季衣物收納與整理

### 本節重點

換季衣物收納重點

換季衣物收納工具

換季收納重點，無非是妥善地空間規劃、讓衣物的體積變小和變少、使用對的收納用品來著手，依照原則收納才能讓換季衣物好收好拿。除此之外，不要忘記清洗、防潮動作。

#### 課堂討論

天氣漸漸變暖和，嘉玲將整理箱裡的夏季衣物取出，準備將厚重的冬衣收納存放，但是所取出更換的夏季衣服出現了黃斑，靠近一聞霉味撲鼻。



▲換季收納防潮重點

1. 想一想，為什麼妥善收納的衣服，還會出現黃斑呢？
2. 請問你的生活經驗裡使用什麼工具進行換季收納呢？
3. 看過影片後請回想生活經驗，換季衣物是否有做防潮處理呢？



### 壹、換季衣物收納重點

換季時節，最令人煩惱的就是衣物收納了，只要按照下列步驟，就可以輕鬆完成，如果在當季做得好，不但能維持衣櫥整齊度，之後要拿取衣物也能更好拿。

#### 一、分類

收納最重要的步驟就是「分類」，換季衣物當然也不例外！想要整理好換季衣物，首先要學會分類，先把衣服分成當季和過季，再把過季衣物依衣服類型分類。

## 二、清洗

換季衣物要長時間收納在固定位置，若沒有洗乾淨就收納起來，等過幾個月要穿的時候就會發現衣服發霉、長出黃斑等等，必須先將衣服清洗乾淨才能降低滋生塵蟎、發霉的機會。清洗的順序建議依照分類分批清洗，讓換季收納更有效率。例如先洗某一分類的衣物後，再清洗下一個分類衣物。

另外，有些衣物須有特殊處理，例如：絲絨、真絲、皮衣等高級衣物，收納前可能做乾洗、手洗、皮革保養等等處理。特殊處理完成了，再依衣服性質選擇適合的收納方式。

## 三、淘汰

每季都會增添新衣物，導致衣櫥收納空間變少，影響收納的效率與意義，趁著換季整理檢視衣物時淘汰一些衣物，讓收納更省時省力，例如款式太舊，尺寸不合、兩季沒穿等等都可以淘汰或捐贈出去。

### 重要議題—環境教育

#### 快時尚災難—大量的時尚垃圾

成衣製造業屬於高污染、高耗能的產業，因此時尚產業被視為全球第二大污染產業。種植棉花需要耗用化學肥料和農藥，會造成的土壤污染，並且消耗大量的水。

根據綠色和平組織推估臺灣 20 至 45 歲的消費者，每年丟棄衣服高達 520 萬件，平均一人擁有幾十件衣服，也有後多衣服幾乎沒穿過，過度的浪費，會造成環境嚴重的負擔，雖然舊衣有回收、捐獻的管道，但能夠進入回收再利用的成衣仍舊不敵垃圾的製造量。

漂染、刷舊、定色等程序亦會用到上千種的化學物質，若沒有做好環保處理，會對水源造成嚴重的污染。各種機能服飾大量使用合成、聚酯纖維材料，都是屬於高碳排的石化工業的產物。清洗時，塑膠微粒恐隨污水排到海洋影響海洋生態。

所以不過度購買，不只能節省金錢還能為環境盡一份心意。



▲時尚垃圾的災難



## 四、防潮

衣服隔一季拿出來最怕有潮濕或悶悶的味道，所以收納換季衣物時，要特別注意防潮防蟲的動作，例如抽屜底部放防潮墊；抽屜或整理箱內放香氛防潮劑、長炭除濕包等等。但要注意防潮包都要定期更換。

## 貳、換季衣物收納工具

選購收納工具要注意「尺寸大小」和「好移動」也就是選擇省力省時的收納用品。尺寸大小是指盡量選擇相同大小收納盒(箱)，當拼在一起時比較好填滿空間，否則易有空隙或閒置的空間存在。好移動是指收納換季衣物時，難免要進進出出得收納整理，如果選擇有附輪子的收納盒(箱)整理起來會比較省力。以下簡單介紹幾種換季衣物的整理箱、收納箱：

### 一、掀蓋式衣物整理箱

是一種塑膠收納箱，底處附帶滾輪方便移動，家裡比較傳統的一定都有幾個這種大空間收納箱，可以放置較大、佔空間的秋冬衣物或厚棉被等等，雖然衣物收納量大，但同時也會佔據家裡許多空間，比較適合家裡閒置空間較大的家庭。



▲掀蓋式整理箱

### 二、斜取收納箱

這種收納箱是可以直接斜取物品的收納箱，部分有滾輪，也有沒有滾輪的。可放的衣物較少，但很適合放置平時較常穿的衣物，手伸進去就可以拿東西，便利許多。



▲斜取收納箱

### 三、可堆疊、折疊大容量收納箱

此種收納箱保有塑膠堅硬質地，方便堆疊又能保有折疊的功能。不僅能承載更多重量，如果疊起來也可以在最上面的平臺放置一些小物，不想用的時候就可以把它折起來收納！





▲可堆疊、折疊大容量收納箱

▼各類整理箱比較

名稱	材質	可放衣物	使用空間	摺疊	滾輪	耐久度
掀蓋式衣物整理箱	塑膠	厚重衣物 棉被	大	不可	有	高
斜取收納箱	塑膠	一般衣物	中	不可	部份有	高
可疊加折疊大容量 收納箱	塑膠	厚重衣物 一般衣物	大	可	無	高

#### 四、真空收納袋

如果怕衣服受潮或發霉，則可以先使用真空袋把衣服收好，再放進收納箱內。真空袋較適合收納 T-shirt、厚重衣物或毛衣，這類比較不容易留下摺痕，另外，真空袋也是收納棉被的小幫手。將衣物放進袋中，順著衣物的外形將多餘的空氣擠出，達到隔絕灰塵和濕氣的效果。市面上的收納袋主要分為傳統「抽氣式真空收納袋」以及「按壓式排氣收納袋」，依照排除空氣的方式可以分人工手動排氣的方式以及機器排氣的方式，相較於固態式的收納櫃，真空收納袋節省的空間反而更多更大了

##### (一) 人工排氣式真空收納袋

這個是最一開始推出的真空收納袋，價格相對低廉而且免耗電，但是需要自己手動抽氣幫浦把空氣抽出來，整體價格較低，但唯一的缺點就是耗時且費力。



▲人工排氣式真空收納袋

## （二）機器排氣式真空收納袋

除了可以手動排氣以外，也可以選擇插電抽風幫浦把空氣抽出來，速度快，一下子就能抽乾空氣，但故障、維修或是換新，可能就會有品牌相容性問題，舊型號不一定能夠維修，不同品牌的幫浦也未必能夠吻合袋口大小。



▲機器排氣式真空收納袋

## （三）手壓排氣式真空收納袋

目前市面上最新款方便的收納袋，不僅排氣的方式簡單許多，同時還結合前兩項的優點，不耗電又省力，只要利用自身重量下壓就可以自動排出空氣，在短短時間內就可以完成衣物收納！



▲手壓式排氣真空收納袋

## 隨堂練習三

### ◎活動說明：

換季的季節到了，請同學們依照換季收納的原則與技巧，妥善運用換季的工具進行收納，回家著手完成換季衣物收納檢核表。

### 換季衣物收納檢核表

收納重點	收納內容	自我檢核	家長檢核
(一)分類	1.先把衣服分成當季和過季 2. 過季衣物依衣服類型分類	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(二)清洗	1.清洗過季衣物 2.特殊衣物的處理(乾洗、皮革保養)	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(三)淘汰	1.淘汰款式太舊衣物 2.淘汰尺寸不合衣物 3.淘汰兩季沒穿衣物 4.將淘汰的衣物捐贈出去或廢物利用	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(四)防潮	1.抽屜或整理箱放防潮墊 2.抽屜或整理箱放防潮劑、除濕包	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

備註：

1.請家長協助檢核學生是否有做到。

2.每個收納重點須至少完成一項。

### 第三節 整燙工具的操作技巧

#### 本節重點

熨燙工具

熨燙技巧

衣物整理工作裡讓人頭疼的除了收納整理外，再者就是熨燙衣服，尤其是剛洗完就會皺巴巴的襯衫，自己熨燙又怕做不好，就只能花錢送到洗衣店。其實只要了解熨燙工具和掌握熨燙衣物的方法，做起來還是很容易的。以下就要來介紹熨燙工具和各種衣物的燙衣方式。

#### 課堂討論

小名：「嗚嗚，媽媽今天我去學校被同學笑了！」

媽媽：「怎麼啦！為了什麼事啊！」

小名：「我衣服皺皺的，結果大家都在笑我，真是難過。」

媽媽：「抱歉，媽媽忘記幫你燙衣服了，我現在馬上幫你燙一燙。」

小名：「太好了，我也想要學，這樣我就能自己燙衣服。」

媽媽：「慢慢來，每一樣工具都有它的使用方法與技巧，想要真正燙好一件衣服，還得先認識這些工具，“工欲善其事，必先利其器”，先跟著媽媽一邊看說明書一邊學習操作吧！」

1. 請問小名的衣服發生了什麼事？

2. 想一想，家裡面是否有熨斗呢？家人會使用熨斗熨燙什麼類型的衣服呢？  
☐襯衫 ☐制服 ☐裙子 ☐運動服 ☐西裝褲 ☐其它\_\_\_\_\_



## 壹、熨燙工具

對於大多數人來說，每到當季衣物要取出使用或衣服洗好晾乾時，會發現許多衣服已經是滿滿的皺摺，如果想要消除皺摺就必需使用一些整燙工具，以下介紹基本的熨燙工具：

### 一、熨斗

為了使衣物平坦又筆挺，熨斗是不可或缺的工具。由於衣物質料各有不同，所需的溫度亦不同，所以燙衣物之前須先瞭解布料特性、洗標的意義及熨斗的使用方法，如此熨燙出來的衣服才能達到良好的效果。以下舉出幾個常見的熨斗種類：

#### （一）傳統電熨斗

善用熨斗的尖角與弧邊，傳統電熨斗也是能燙出相當不錯的效果，使用傳統電熨斗需要搭配燙衣板使用，燙衣板是用來輔助燙平衣服的工具，可以讓燙衣過程非常順利。



▲傳統電熨斗

電熨斗分為普通型、調溫型、蒸汽噴霧型。目前最受歡迎的是蒸汽噴霧型，運用「水蒸氣」可以有效地撫平衣服上的皺褶，燙出來的衣服效果最明顯。雖然為了避免水垢要時常清潔有些麻煩，但是對於平整皺摺及回復摺線是非常有效果的。

#### （二）蒸汽式掛燙機

蒸汽式掛燙機是近期受歡迎的熨斗款式，只要不是極皺的衣服，掛燙機算是很好用的，蒸汽式掛燙機的原理是通過機器加熱所產生的水蒸汽接觸到衣物和布料，達到軟化衣物和布料纖維組織的效果，使用掛燙機時透過「拉」、「壓」、「噴」的動作來平整衣物和布料。蒸汽式掛燙機除了皮質衣物以外，任何質料都可熨燙，使用上簡單方便，也可短時間把衣服弄平整。主要分為的直立式蒸汽掛燙機；另一種是手持式的蒸汽掛燙機。有些蒸汽掛燙機有一機多用的功能，可以



掛燙也可以平燙，挑選手持式蒸汽掛燙機的時候選兩者都兼具的會比較好。

現代人普遍要求效率，所以不佔空間、加熱快、手持輕巧且迅速得把衣服燙平的蒸汽式掛燙機才會受到大眾喜愛，例如：出門前想要迅速撫平衣服皺紋、百貨專櫃人員的日常整燙等等都很適合利用蒸汽式掛燙機來整理衣物。



▲直立式蒸氣掛燙機






▲手持式蒸氣掛燙機

## 二、燙衣板

燙衣板應該依造熨燙的衣物選擇合適的燙衣板，特別是在熨平大塊布料時，選擇面積大的燙衣板才方便。如果是燙袖子或褲子等筒狀部位時，使用小型燙衣架的效果才會比較好。

▼各式燙衣板

名稱	圖示	說明	用途
一般型燙衣板		檯面比較大，腳架可折疊，以利收藏。	適合熨燙平面衣服、裙子和長褲等。
小型燙衣板		小型的熨墊，檯面小，可折疊	適合熨燙衣服袖口、領口等衣物
子母型燙衣板		結合小型和大型檯面，使用上更方便	適合熨燙大小面積衣物和筒狀形衣物。

## 貳、熨燙技巧

### 一、基本熨燙注意事項

#### (一) 熨斗的溫度

在使用熨斗熨燙衣服時，得先清楚了解衣服的質料特性，依布料的不同，確定衣物真正的處理方式後，再把熨斗調到適當的溫度，通常在衣服洗標上會有清楚的標示，請先看清楚再調溫度。

▼各材質衣物熨燙溫度

衣物材質	適合熨燙的溫度	衣物材質	適合熨燙的溫度
毛織物(薄呢)	熨燙溫度約 120℃	錦綸織物	熨燙溫度約 100℃
毛織物(厚呢)	熨燙溫度約 200℃	滌棉或滌粘混紡織物	熨燙溫度約 150℃
棉織物	熨燙溫度為 160~180℃	滌毛混紡織物	熨燙溫度約 150℃
絲織物	熨燙溫度約 120℃	滌腈混紡織物	熨燙溫度為 140℃
麻織物	熨燙溫度在 100℃ 以下	化纖仿絲綢	熨燙溫度約 130℃

#### (二) 熨燙技巧

1. 閱讀熨燙標示，確定是可以熨燙的織物，並清楚熨燙溫度。
2. 衣服要洗乾淨才燙，如果衣服上有小黴點，可用含醋的水洗刷乾淨後再熨。
3. 熨燙數種衣物時，先從需高溫燙平的衣服開始，再慢慢調低溫度。手帕等小東西或化纖製品留到最後，利用拔掉電源後的餘熱熨燙，更省電。
4. 一般情況下，熨衣時應先熨反面，後熨正面；先熨厚的，後熨薄的；先熨尼龍，後熨棉麻。
5. 如果熨斗使用時不太平滑，可用舊棉布包些蠟燭碎片摩擦熨斗底部。
6. 衣物熨燙完畢後不宜馬上打包或收進衣櫥，應立即懸掛起來，散掉潮熱氣，減少發黴生臭的情況。

7. 有些布料，直接用熨斗在衣服表面燙，會被磨到傷害衣服組織，這時候就需要在上面蓋一塊裡布或同質類的布料再熨燙，這樣就不會有這種現象了。

## 二、各式衣物熨燙方法

### （一）毛衣熨燙方法

毛衣，針織質料的衣服，如果直接用熨斗去燙會破壞衣服組織，最好用蒸氣熨斗在皺褶處噴水；還有一個方法是掛在浴室中，利用洗澡的熱蒸氣，使其平順。

### （二）長褲熨燙方法

長褲熨燙順序如下：先將褲子翻到反面，口袋掀開，先燙褲襠附近，其次是口袋、褲角和布的縫合處，接著燙正面，然後是右腳內側、右腳外側、左腳內側、左腳外側，最後把兩管褲角合起來燙一燙。

### （三）衣領熨燙技巧

領口部位，在整燙時不要把它拉開變形，最好是固定形狀再加以熨燙；如果是有領片的，不要將領褶線燙死，燙過後趁它還是溫熱的，用手翻折輕壓，這樣子領片看起來會比較活。

### （四）襯衫熨燙方法

1. 衣領：將衣領正反兩面拉平，從領尖向中間熨燙，領背重複剛才動作，趁熱再用雙手的手指把衣領捺成弧形，把折好的衣領中間部位燙牢，使衣領有立體感。
2. 袖口：將襯衫的前襟合上，背部上平鋪在熨衣板上，把兩袖的背面分別燙平後再熨燙袖口，最後翻過來把兩袖的前面燙平。
3. 袖管：把袖管平鋪在熨衣板上，對準袖管中間接縫處拉平，熨斗來回燙平即可。
4. 前片和後背：左手拉住襯衫門襟最上方，右手用熨斗從下擺至托肩一次燙平。

## 隨堂練習五

### 一、熨燙實作:

1. 將學生分成兩組。
2. 學生每人準備一件衣服或褲子。
3. 準備蒸氣熨斗與燙衣架。
4. 老師事先告知學生在使用蒸氣熨斗與燙衣架時的注意事項，並示範如何使用這些燙衣工具。
5. 老師指導學生如何熨燙衣褲。
6. 讓各組同學們自行練習。
7. 讓各組同學一一展示成果。

## 自我評量

### 一、是非題

- ( ) 1. 衣服分類沒有一定方式，只要能記得哪一件衣服被分類在哪一類即可。
- ( ) 2. 衣物減量的重點就是丟棄不必要的衣物，只需留下「喜歡的」、「一定會用的到」的衣物。
- ( ) 3. 選用衣架時，不用考慮衣物的質料，有衣架掛上即可。
- ( ) 4. 吊掛衣物可以隨意吊掛，不用分成外套區、襯衫區、洋裝區等等來吊掛收納這麼麻煩。
- ( ) 5. 分類好換季衣物後可以直接將衣服收納裝箱不須再清洗一次。
- ( ) 6. 對於尺寸不合，但自己很喜歡的衣服不宜丟掉，以免浪費錢。
- ( ) 7. 熨燙衣服時，得先清楚了解衣服的質料特性，不能貿然熨燙。
- ( ) 8. 衣物熨燙完畢後不宜馬上收進衣櫥，應立即懸掛起來散掉熱氣。
- ( ) 9. 如果衣服上有小黴點，需洗刷乾淨後再熨燙。
- ( ) 10. 熨燙衣時應先熨正面，後熨反面；先熨薄的，後熨厚的。

### 二、選擇題

- ( ) 1. 下列哪一項不是衣物收納原則？①取出 ②分類 ③增量 ④歸位。
- ( ) 2. 西裝外套最適合使用哪一種衣架？①夾式衣架 ②多段式衣架 ③木製衣架 ④塑膠衣架。
- ( ) 3. 下列哪一種衣物不適合以吊掛方式收納？①毛衣 ②西裝 ③大衣 ④洋裝。
- ( ) 4. 下列哪一項敘述是正確的？①洗衣劑的用量越多越好 ②浸泡衣物的時間越久越好 ③洗衣時的水溫越熱越好 ④衣物上的泡沫沖洗得越乾淨越好。
- ( ) 5. 下列哪個選項是錯誤的？①重疊吊掛衣物以兩件為限 ②吊掛衣服不用扣釦子 ③經常穿的衣物要放在衣櫥裡最容易拿到的地方 ④抽屜的直立式收納法，可利用隔板加強防止倒塌。



- ( ) 6. 下列哪一種衣物不適合淘汰？ ①款式新穎 ②尺寸不合 ③兩年沒穿 ④已退流行。
- ( ) 7. 下列哪一種收納工具不適合收納厚重大棉被？ ①掀蓋式衣物整理箱 ②可折疊大容量收納箱 ③機器排氣式真空收納袋 ④斜取收納箱。
- ( ) 8. 下列哪一種不是使用蒸汽式掛燙機燙衣的動作？ ①拉 ②壓 ③噴 ④打。
- ( ) 9. 下列哪一項描述有錯？ ①衣物熨燙完畢後不宜馬上打包或收進衣櫥 ②燙衣服前不用閱讀熨燙標示 ③有些布料需蓋一塊裡布再熨燙才不會傷害衣服組織 ④如果熨斗使用時不太平滑，可用舊棉布包些蠟燭碎片摩擦熨斗底部。
- ( ) 10. 下列哪一種不是蒸汽式掛燙機的優點？ ①不佔空間 ②加熱快 ③迅速 ④重量較重。

### 三、情境題

威威衣服不多，平日衣服晾曬至陽台後，無論乾燥與否，都會直接吊掛在陽台上，直到下次需要穿著時才會將衣物從陽台上取下，威威覺得摺疊衣物是一件完全不必要的家務，就連換季收納，也是直接將衣物裝入大袋子內，等到季節來臨，打開袋子，就會聞到異味，衣物局部泛黃的狀況。

1. 想一想，威威適合那一種收納衣服的方法呢？為什麼？

答：\_\_\_\_\_

2. 想一想，威威所收納的換季衣物為什麼會產生異味或衣物外觀出現局部泛黃的狀況呢？

答：\_\_\_\_\_

3. 可以怎麼避免收納後異味及泛黃的問題呢？

答：\_\_\_\_\_

## 參考資料

### 一、書籍

1. 日本雙葉社企劃出版部；連雪雅譯(2008)。召喚好運的風水收納與整理。三采文化。
2. 于之琳(2018)。超簡單整理收納術，讓家煥然一新！。日日學文化。
3. 主婦之友社編輯部；李家文譯(2016)。日本一流終極收納全書。城邦文化，麥浩斯出版。
4. 收納 PLAY 編輯部(2011)。衣物收納寶典：超實用圖解收納絕技 1000+。城邦文化，麥浩斯出版。

### 二、網頁

1. 衣服好找又好收！只要 4 步驟，讓衣櫃再也沒有亂的一天。取自 <https://ppt.cc/fomZtx>
2. 衣服收納衣櫃收納技巧公開，你不可錯過的 7 個衣服收納技巧！<https://ppt.cc/f8uT6x>
3. 30 分鐘魔法整理術：告別堆積如山的衣服。取自 <https://ppt.cc/fN9acx>
4. 超強收納術，衣物收納有妙招-信義房屋房訊知識。取自 <https://ppt.cc/fCKLLx>
5. 打造完美衣櫥：吊掛衣服的魔法衣櫃整理術。取自 <https://www.boxful.com.tw/blog/00048/>
6. 怦然心動的人生整理魔法。取自 <https://ppt.cc/fPum3x>
7. 衣服收納交給我！用動畫及圖片解說超簡單的收納技巧。取自 <https://beauty-upgrade.tw/39957/>
8. 換季衣物收納三步驟，教你輕鬆完成！- BabyHome 新知大耳朵 <https://ppt.cc/fRNBTx>
9. 收納袋、收納箱，到底哪個好用省空間呢？取自 <https://ppt.cc/faHnqx>
10. 推薦十大蒸氣熨斗人氣排行榜【2020 年最新版】。取自 <https://my-best.tw/114376>
11. 燙衣服 | 張淑英 Luisa Shu-Ying Chang。取自 <https://ppt.cc/fY4yXx>
12. 讓你的衣服變精品！完美燙衣必備小技巧大公開 | ET Fashion | ETtoday 新聞雲 <https://fashion.ettoday.net/news/1156751>

### 三、圖片來源

1. 頁 1 封面圖片，<https://www.boxful.com.tw/blog/storageforclothing/>
2. 頁 2 插圖 <https://kknews.cc/home/oyao5no.html>
3. 頁 3 集中所有衣物 [http://www.how01.com/post\\_x9OO91pLlyWA6.html](http://www.how01.com/post_x9OO91pLlyWA6.html)
4. 頁 3 分類衣物 <http://www.51yuansu.com/sc/lcstwzozwz.html>
5. 頁 4 各式衣架 <https://my-best.tw/114787>
6. 頁 5 可堆疊塑膠收納箱 <https://read01.com/ggQNDn0.html#.X9XSzFgzbcc>
7. 頁 5 多層塑膠收納櫃 <https://buy.line.me/product/18/145c6890-2959-11ea-870b-0242ac110003>
8. 頁 6 掀蓋收納箱 <https://ppt.cc/fZXX9x>
9. 頁 11 吊掛衣服注意事項 <https://info.babyhome.com.tw/article/8811>
10. 頁 11 吊掛順序依照衣物種類作分類 <https://info.babyhome.com.tw/article/8811>
11. 頁 12 衣櫥空間規劃圖示 [https://www.luoow.com/dc\\_hk/108078693](https://www.luoow.com/dc_hk/108078693)
12. 頁 13 利用隔板(紙板)或小盒子防止衣物倒塌 <https://info.babyhome.com.tw/article/17638>
13. 頁 18 掀蓋式整理箱 <https://ppt.cc/faHnqx>
14. 頁 19 斜取收納箱 <https://www.boxful.com.tw/blog/storageforclothing/>

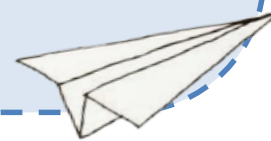
## 單元延伸

### 專業熨燙工作

家用電熨斗配合燙板就可以燙衣服，而專業整燙就又是另一門專業了，不同材質的衣服有不同的整燙工具，無論是西裝外套、西裝褲，都有相對的機器，褲子、褲頭、褲腳有各自的壓板機，襯衫有襯衫機，機器一動就燙出了完美平整的線條。



▲專業熨燙



2-2 自編家庭教育課程教材或設計教學活動之照片。



10/29 上課情況



10/29 上課情況



11/6 上課情況



11/6 上課情況





12/3 上課情況



12/3 上課情況