

<<樂活一生>>

图书基本信息

书名：<<樂活一生>>

13位ISBN编号：9789570831702

10位ISBN编号：9570831707

出版时间：2007-7-19

出版时间：聯經出版公司

作者：箕輪彌生

译者：王麗芳

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<樂活一生>>

內容概要

LOHAS是一個表現生活方式、生活型態的名詞，是每一個希望自己和地球都健康的人所會採取的生活方式；它既不是時尚，也不是流行，而是掌握地球重大變化的一種生活方式。LOHAS不需要為環保而犧牲，過著嚴苛、拘謹的生活，而是以為地球著想為出發點，適合與自然共處的一種舒適、健康的生活態度。

要如何開始LOHAS生活？

作者箕輪彌生以自己的親身體驗，具體地介紹簡單、容易瞭解的LOHAS概念。

你樂活，地球就健康

日本《達文西》書訊雜誌推薦：瞭解LOHAS生活必備之書

作者藉由飲食、居住、醫療、旅遊等各個生活層面，介紹日本與歐美各國的LOHAS創意與實踐。透過書中的介紹，可對全世界的LOHAS潮流有全盤的認知與瞭解，不論是概念性的環保觀念，或是實用性的有機食譜、瑜伽運動，都是踏出實踐LOHAS生活的第一步。

本書特色

1. 以生活實例的方式說明LOHAS概念，方便瞭解LOHAS的真正意義與實用價值。
2. 書中介紹許多世界性的LOHAS推動與實踐，是生活在世界地球村的每個人都必須瞭解的全新生活態度。

<<樂活一生>>

作者簡介

箕輪彌生，立教大學文學院心理學系畢業，現為行銷企劃，曾任職廣告代理商、運動活動企劃公司、SP公司等。

1989年獨立創業，成為自由工作者，之後主要針對製造商和物流業提供提案，企劃案的對象包括食品、房屋、消費品等，參與規劃廣告、促銷、商品企劃等工作，對於根據消費者的意見制訂企劃和分析趨勢的經驗非常豐富。

目前致力於推動環保概念的LOHAS生活。

<<樂活一生>>

書籍目錄

前言

序 LOHAS讓生活趣味十足

第一章 隨時隨地都能開始LOHAS

在日常生活中享受有機棉的溫柔

慎選環保又聰明的家電

風織成的毛巾

從廚房思考水的循環

恢復日本森林元氣的方法

第二章 LOHAS好心情

「長壽飲食療法」由裡到外清身體

「大麻」的可能性

漂流木是「森林給我們的禮物」

自然素材布置房間

第三章 善用自然力量的LOHAS

多利用雨水

舒適的太陽能住宅

癒療都市生活的「屋頂綠化」

第四章 參與、享受LOHAS

「公平交易」輕鬆助人

享受「環保導向」的現場演唱會

感受地球的「生態之旅」

第五章 有益身心的LOHAS

瑜伽改變了我

順勢療法入門

整體醫療寵物照顧

結語 為何現在要講LOHAS？

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>