

<<魔法照明術>>

图书基本信息

书名：<<魔法照明術>>

13位ISBN编号：9789865973070

10位ISBN编号：9865973073

出版时间：2012-5-8

出版时间：楓書坊文化出版社

作者：中島龍興

译者：曹茹蘋

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>

## <<魔法照明術>>

### 內容概要

用1盞燈打造舒適的生活空間！

令身心平靜舒暢的魔法照明術 從下方打上橘色光線，打造出舒適放鬆的客廳 讓立燈的光線離臉遠一點，以免妨礙睡眠 沐浴在早晨的第一道陽光下，重新啟動生物節律 只要在窗戶附近擺設立燈，即使隔著玻璃，窗外的夜景依舊美麗動人從療癒空間到日常的照明，現在立刻就能改變！

利用書桌四周和整個房間的光線培養專注力，同時也不傷眼睛！

由照明專家所提出的31項驚人改造計畫序章 影響生活方式的照明第1章 溫柔守護家庭時光的客廳照明第2章 完全消除一天的疲勞！

具療癒效果的照明第3章 帶來豐富感與悠閒感的日常照明第4章 簡單易懂的照明基礎知識容易受照明影響的人由於體質等種種因素，有些人受到光線的影響會比其他人來得強烈。

比方說紫外線造成的曬傷，因光線的刺眼或光線的顏色讓眼睛感到疲倦或帶來壓力等。

每個人對於這些影響所產生的反應大小差異很大，譬如以年輕人和高齡者來說，視覺機能下降的高齡者就比較容易受到光線的影響。

然而，卻幾乎沒有人清楚地知道自己只要持續暴露在何種光線下，身體狀況(或是情緒)就會惡化。

相反的，也有人對於照明非常地講究。

比如說有些人只能接受白熾燈，即使向他們推薦與電燈泡光線相似的燈泡色日光燈，他們也無法接受

。光的三原色(紅?綠?藍)只要全部混合在一起就會變白。

日光燈這類放電燈，便是利用這個原理製造出含燈泡色的白光。

可是，燈泡和那些放電燈不一樣。

燈泡的發光原理與太陽光相同。

儘管乍看之下都是感覺溫暖的光線，但是對光線敏感的人的腦袋，卻能清楚地感受到燈泡與燈泡色日光燈的不同。

因此，對光線敏感的人只要暴露在日光燈的不自然光線下，就容易產生眼睛疲勞，情緒惡化等情形。

即便暴露在燈光下的時間很短，其影響依舊確實存在。

因為工作的關係，有些人會在明亮的光線下持續工作到半夜，有些人則是在遊樂園設施的特殊光線下工作。

就如同一般人只要持續暴露在紅光中，精神就會變得不穩定一樣，儘管只是暫時的，但是一旦暴露在過強光線或偏向某一色的光線中，就會對人體造成壓力。

讓孩子從小就處於品質良好的光線中是非常重要的。

為此，父母及周圍的大人應該審慎地思考照明的好壞，提供孩子們一個優良的照明空間。

一般人就算當下覺得有些不舒服，可是只要不是什麼大問題，通常都會擱置不去處理。

然而壓力卻會在不知不覺間逐漸累積，等到幾十年後注意到時，視力可能早已下降，或是出現肩膀僵硬或腰痛的症狀。

在情況惡化至此之前，先確實擬定好預防對策吧。

## <<魔法照明術>>

### 作者简介

中島龍興All About「照明」專欄作家。  
精通住宅、店鋪照明及都市照明的設計規劃。  
日本照明學會專門會員、北美照明學會會員。  
日本室內設計師協會會員。  
曾獲北美照明設計獎、JID獎等獎項。  
東海大學、文化女子大學非常任講師、北京理工大學客座教授。  
主要著作有『人生が10倍良くなる照明の法則』(講談社)、『照明のアイデアと工夫』(日本實業出版社)等。

## &lt;&lt;魔法照明術&gt;&gt;

## 書籍目錄

目次前言照明計畫 書頁的閱讀法《序章》影響生活方式的照明「照亮」這件事為了創造優良的照明品質烘托女性之美的光線去看光吧！

第1章 溫柔守護家庭時光的客廳照明01以夕陽色的燈光營造舒適感 全家團聚的照明02不傷眼睛、不會破壞氣氛 欣賞電影的照明03有如擺飾花朵般地設置燈光 令談話更加熱絡的燭光照明04稍微減緩夏天的暑氣?冬天的寒意 替照明換裝05充滿四季感的「裝飾」照明 1 以傳統的照明慶祝女兒節06充滿四季感的「裝飾」照明 2 清爽度過梅雨季的繡球花照明07充滿四季感的「裝飾」照明 3 增添萬聖節氣氛的花朵與照明08充滿四季感的「裝飾」照明 4 聖誕節的手製花環燈飾09充滿四季感的「裝飾」照明 5 用立體模型妝點白色聖誕節第2章 完全消除一天的疲勞！具療癒效果的照明10沏茶時隱約照亮手部動作 平靜心靈的日式照明11減少過強光線的刺激 透過紙拉門的柔和照明12最適合觀賞夜景 防止窗戶反射的照明13配合運動項目變換照明 每日固定運動的照明14解除眼睛的疲勞 讓夜晚的庭院有如幻境般的戶外照明15即使長時間入浴也不覺難受 讓心靈獲得舒緩的搖晃照明16向大腦傳達休息的訊息 幫助入眠的寢室照明17重新啟動生物節律 清爽的晨光18重現令心情平靜的葉影 宛如開放式咖啡廳的照明第3章 帶來豐富感與悠閒感的日常照明19緩和訪客的心情 內玄關的照明20讓料理看起來更加美味 餐桌的照明21在廚房做事也不覺得辛苦 廚房的照明22營造成熟的氣氛 以聚光燈打造Bar的照明23利用死角添加間接照明 變化多端的套房照明24晚上打電腦也不容易眼睛疲倦 書桌四周的照明25培養對燈光的感受力與專注力 小孩房的照明26讓收藏品閃耀動人 擺飾架的照明27利用壁燈吸引目光並營造高級感 照亮喜愛畫作的照明28體貼老年人的雙眼 走廊?樓梯的照明29自然的燈光讓妝容更加美麗 化妝時的照明30半夜起床也能安心 不會趕走睡意的廁所照明31就寢前閱讀也不會妨礙睡眠 床邊照明第4章 簡單易懂的照明基礎知識在開始挑選自家照明之前光源的種類照明器具的種類照明的打亮方式照明用語

<<魔法照明術>>

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>