

乐活 L O H A S

健康时尚

Lifestyle of Health and Sustainability

1

January 2015
RMB 18
(总第 84 期)

乐活明星

林志颖

我对时间有耐心

时间管理术

每月专刊

4位手帐达人，分享高效生活术
活用手帐，优化你的时间
计划派·便携派·自派·全能派

超值随刊附赠
羊年手帐

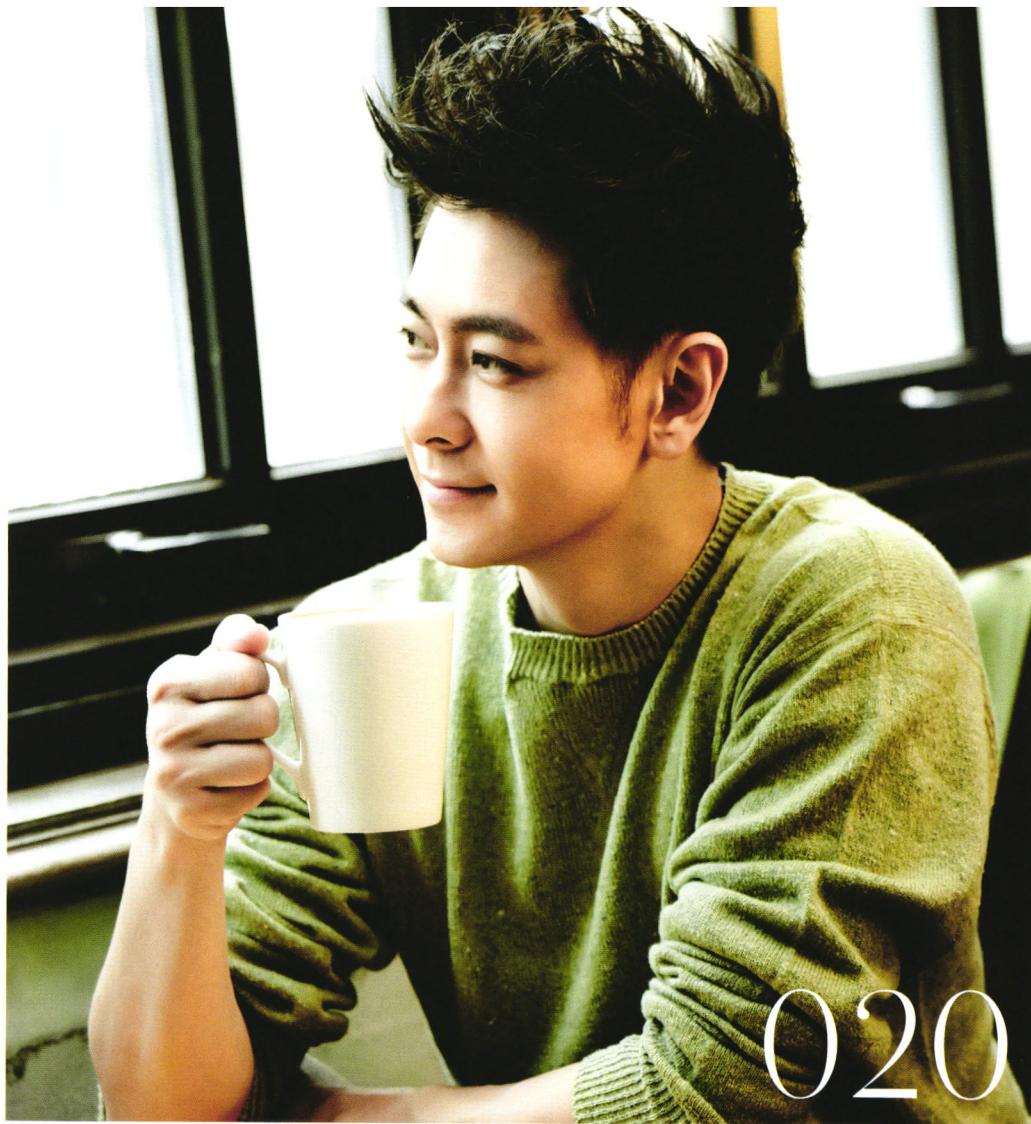
百件年度乐活单品

国内统一刊号 CN44-1567/R
国际标准刊号 ISSN1672-254X
全国邮发代号 46-375

ISSN 1672-254X



9 1771672 254039



乐活 LHAS 健康杂志

Contents January 2015

1

乐

乐活明星 Cover Star

020 林志颖

我对时间有耐心

对时间有耐心，仿佛端详起岁月至真至切的肌肤纹理，这是我们看到林志颖，最大的智慧。

030

每月专题 Monthly Special

时间管理术

时间管理，是让人成为真正意义上的「自由人」的方式。能对时间自律的人，才是最悠闲、最自由、最接近真正「生活」的人。

养

058

二十四节气 Seasonal Therapy

冬の向往

健康话题 Health Topic

066 告别体寒

美

美丽宝典 Must Read

072

作息坏了

皮肤怎么办？



080

达人聊 Pros View

润泽明亮



102

乐活
LHAS

Contents January 2015

1



衣

082
画里拾光

风格 Showcase

090
居所
的衣

乐活衣橱 LOHAS Closet

妙招 Solution

092
旧毛
衣

巧变暖冬
织物



住

102
新旧器
岁花

静物 Still Life

108
全『薪』
生活

自然生活 Natural Life



食

111
拍比烧
更有味

乐活料理家 Cooking Talent

123
1月 腊
八越冬酒肴

乐活私房菜 Cooking Card



行

128
台东纵
山阔海
的怀抱

慢城 Slow City

132
北国
の冬

旅途 Travel





乐活 LHAS

Contents January 2015

1

◎新事

012 米兰石灰的美感

015 无印良品

深泽直人×MUJI厨房小家电

019 东京安缦

凌空避世眺远山

◎自休自足

135 展览

136 APP应用

137 院线

138 音乐

139 演出

110 阅读

112 博客

脚本

111 『古早生活提案』
薪火何相传

116 专栏 Column
邀舞等

150 1月星座运程

152 风水开运 水晶开运

153 塔罗占卜
启动感情新能量

◎活动资讯

155 回归本真

GOELIA 春夏新品发布会

随刊附赠

176P

『乐活历の手帐』





曼秀雷敦

肌研

Hada
Labo

水润肌肤的秘密
肌研水!

全新肌研极润保湿系列

4种大小不同的透明质酸分子，层层补水、锁水、储水，配合全新高机能导入保湿科技，一滴，锁住一个海洋，水润、细致、饱满、弹滑，肌肤从此不再一样！配合极润保湿面霜，肌肤更滋润、柔滑。

4种

透明质酸分子
全新高机能
导入保湿科技

保湿化妆水



保湿面霜