



## 片づけを考える

○片づけは、考える時間も大事です

8月は旧暦、新暦ともに別名は「葉月」です。

「葉月」の名前の由来は葉が紅葉して落ちる月「葉落ち月」という説が多いそうです。暑さの本番はこれからですが、暦の上では、8月に入るとすぐに立秋ですから、8月は秋の気配を感じ始める月になるのですね。

さて、夏はどちらかと言うと、春や秋の気候の言い時期に比べて片づけのスイッチが入りにくい時期です。

そこで、夏には無理にスイッチを入れるよりも日々の「使ったら戻す」などのリセットに気を配るといいです。その中で感じる定位置へ戻す不便さなどを課題として考えておきます。そうしておく、秋になってすぐに問題解決に移せます。

こうして先に考える時間を持つことも無駄ではありません。

また、季節に限らず、突然、片づけスイッチが入る時がありますが、そのような時はたいてい日頃からとても気になっていたところから手を付けたくくなります。

でも、今まで、とても気になっていてそのままということはかなり手強い所なのです。そこを思いつきで始めてしまうのはハードルが高すぎます。



このような場所は、日頃から、どうしたいのか、何が問題なのかを考えておくといいです。

時間のある時に雑誌や本を見たり、ネットなどで検索して色々なパターンを知る事も面白いです。その中から、自分のイメージに合った形を見つけて、日時の予定も立てておくと片づけが順調に進みます。

「片づけを始めよう」と決めた時最初にするのは整理です。不要なモノを取り除く事から始めます。

これも、ある程度モノを減らさなければ…。と覚悟して始めると、思いついて何でも捨ててしまえ、と始めるのでは、モノを処分するという納得の部分が変わって来てしまいます。

モノは勢いで処分してしまうと後悔が残ります。その後悔がトラウマになり、次からはモノが捨てられなくなるのです。

収納に関しても、最初は、置き場を決める、程度の収納でも構いません。収納グッズも考えながら増やしていきましょう。

勢いで始める片づけは、思考が追いついていかないので、片づけに慣れていない人には難しいのです。

ゆっくり考えながら進めて行くことが、大きな失敗を防ぎ、次の片づけに向かって行けるのです。



# 朱夏(しゅか)通信(28)

季刊 朱夏らいつ



### 出張セミナーのご案内

- 一般向け 「ポイントを知って始める基本の整理収納」「シニア世代の家の片づけ方」「捨てられない人の整理術」
- PTA 研修 「片づけ上手な子にする為にお母さんが知る整理収納」
- 企業研修 「5Sから考える職場の整理収納」他

整理収納全般のテーマでお受けします。  
内容、ご予算等お気軽にご相談ください。

○資格取得講座<整理収納アドバイザー2級認定講座>  
ご希望日をお知らせください



朱夏らいつ

### 森 由香(もり ゆか)

- 整理収納コンサルタント
- 整理収納アドバイザー認定講座講師
- 企業内整理収納マネージャー
- 整理収納教育士
- ファイリングデザイナー(1級)
- 整理収納アドバイザー
- ルームスタイリスト(1級)

#### <朱夏らいつ>

中国の五行説では、青い春(青春)の次に来る季節は朱い夏(朱夏)です [朱夏らいつ] のネーミングには、人生の朱い夏を頑張る皆さんと暮らし、そして、自分を応援する意味が込められています

発行日：2017年8月1日(火) No.28

編集&発行：朱夏らいつ 森 由香

HP : <https://shuka-life.com>

E-mail : [info@shuka-life.com](mailto:info@shuka-life.com)



## トピックス



## ～「食」と「住」の子育て応援～

先日、園児のお母さんを対象にした『ママと子どものセミナー 楽しい食育法と優しい整理収納術』の講習会で花積幼稚園（春日部市下蛭田）にお邪魔しました。

セミナー前半は、食育アドバイザーの吉田先生の「楽しい食育法」についての話、後半は「優しい整理収納術」の話を同時に聞けるというコラボ企画セミナーです。

当日は参観日でしたので、参観の間を抜けて興味を持って下さったお母さん方が参加してくださいました。

「食」はお子さんにとって大切な事という認識はほとんどの人が持っていますが、整理収納にあたる「住」は意外と子育てとは別のところにある、という感覚があります。

ですが、毎日お母さんが整えてくれる食卓で子ども達が「野菜は大事なのだな」とか、「みんなで食べると美味しいな」とか色々な事に気がついていくように、お母さんが家を整えている事で子ども達が自然に身につける「モノとのつき合い方」があるのです。

よく片づけが苦手な人が「母も片づけられない人だから（自分が片づけが苦手なのは）遺伝です」と話す人がいますが、それは、多分、遺伝ではなく、片づけ方を身近で見てきていないことが大きな原因のひとつなのです。

大片づけではなく、毎日の暮らしの中でモノをどの様に見えるか、どの様に扱っているか、を子ども達に見せていることが「片づけ力」の基礎を作っているのです。実は、これが後々子ども達の「片づけられる」という財産になるのです。

それには、お母さんが正しい整理収納術を身につける事が必要です。今からでも十分間に合います。お子さんのために是非意識してみてください。

## 整理収納用語の解説

～ 5S ～

頭文字が「S」で始まる

- 整理・整頓・清掃・しつけ・掃除

のことで。

元々は職場の環境を整えるために製造現場において守られていた片づけの手法ですが、いまや、あらゆる職場で重要視され、多くの職場で取り組まれています。

家庭でも応用が効き、時間とモノの無駄を減らしていく考え方に役立ちます。

## インテリアのワンポイント⑳

部屋の色を考える時、上手く色の調和を図れる黄金の比率は

- ベース（床、壁、天井など） 7.0
  - メイン（カーテン、大きな家具） 2.5
  - アクセント（小物） 0.5
- です。

色と色の相性、どの明るさ（暗さ）をどのくらいの面積で使うか、で部屋の印象はかなり違ってきます。

部屋そのものの印象はベースカラーで、部屋の色イメージはメインカラーで決まります。

アクセントカラーがメインカラーに似ていると部屋は落ち着いた印象になり、反対色などを上手に使えばインテリアを引き締める役にもなります。



○蓮田市公民館企画  
皆さん、片づけの意識が高く、レベルの高い講習になりました



○市民塾  
気になっていた紙類の整理が始まった方々がいらして嬉しかったです。

ご受講  
ありがとう  
ございました



○子育て応援セミナー  
若いママさん方のお役に立てましたら嬉しいです



○白岡市  
前期公民館企画  
紙の整理について、実践をしながら学びました

○生活クラブ  
チャレンジくらぶで片づけの基本をお話しました



## モノ語り

◆「整える」に満足したら



かつて、ビーズ作りをして楽しんでた時があった。とうとう興味はなくなっていたが、ちょうどよい大きさの引き出しに収まっていたし、ごくまれに使う事もあったから、気になりつつそのままになっていた（写真上）。

先日、少しだけ残して処分しよう、と思いつき、少しずつ色分けを始めたところ、だんだん妙な達成感を求めてすべてのビーズを色分けしてしまった。

きれいである。こうなると処分できない。片づけ好きが陥る事のひとつに「揃う美」に凝るといえる。これは時間とお金がかかるので要注意なのだ…。

「モノは手をかけた分、手離せない」を身をもって証明してしまった。

しばらく目で楽しんで、手をかけずに処分したい。



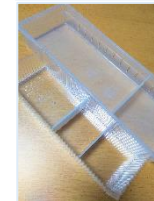
## 収納グッズ

～仕切りつきケース～



引き出し内を乱れさせないためには、ある程度の仕切りが必要です。ケースをひとつひとつ揃えるよりもはじめから移動できる仕切りがついていると便利です。

- (上)無印良品（仕切り板別売り）
- (下)100均（仕切り板付き）



## 本の紹介

持ちすぎない  
シンプルな暮らし

PTP 研究所

すでに出版されている『PHP くらしくる』6冊分の記事を抜粋して再編集した内容の濃い本ですが、色々な分野のプロ17人の話を好きなページから読むのも楽しいです。 定価 626円（税込）

ブログでも本の紹介をしています  
朱夏とLIFEのお片づけ日記  
→ <https://ameblo.jp/shukalife>



## ～整理収納相談 Q&A～



- Q 色々な洗剤を買ってしまい、中途半端に使いかけてあるモノばかりが増えて収納に困っています。
- A 洗剤は、PH度でも分類されています。家庭では、酸性、弱酸性、中性、弱アルカリ性、アルカリ性の各洗剤と塩素系漂白剤、酸素系漂白剤があれば、大抵の汚れに対応できます。ひとつのPH度で、ひとつの洗剤を使うようにすると買い替え時も「どれだったかな？」がありません。同じ効力のモノをいくつも持たない様にする事で使いかけの状態のモノが増える事もなくなります。