



## 片づけを考える

### ○「大切な自分」の住む場所

9月に入り、昼間はまだ暑い日もありますが、朝夕は秋の気配が感じられる季節になりました。いかがお過ごしでしょうか。

先日、ふとテレビをつけると NHK の「趣味どきっ」の放送中で、今月のテーマの「お寺の知恵拝借」のシリーズ「家庭で実践 禅の知恵 心を磨く作務（掃除）」が流れていました。

ご住職が、片づけが苦手な人を相手に禅語を例に出しながら、意識が変わる様に話をされていて興味深かったです。タイトル通りいいところ取りの「拝借」であって、決してお寺の暮らしを押し付けていないところがいいな、と思いました。

「モノが捨てられない」という人によく、「無人島に行くとしたら、何を持って行きますか」とか、「お坊さんの暮らしを考えてみてください」などと問いかけてモノの持ち方を考えてもらう、という話を聞きますが、問いかけの狙いはわかりますが、どうしても現実味がなく今ひとつ片づけのスイッチが入りませんね。

でも、皆さん、どこかには、モノの執着から解放されたいと思っているのです。片づけの手順や効果など、片づけの専門家が話す内容に間違いはありませんが、「わかっているけど、出来ない」と思っているでしょう。そんな気持ちの時はこうした究極のスペシャリストに私達レベルに合わせた話をしてもらおうことで、何かきっかけをつかめることもあり、近道になります。

実は、片づけのやり方や収納の工夫などを知る事は情報が簡単に手に入る時代にはそんなに難しい事ではありません。難しいのは、自分が納得できる考え方に出会う事です。ですが、簡単には出会えないものです。最初は求める力が弱いからでしょう。

出会えた時は、偶然のような気がしますが、そうではなく自分の中で求める力が強くなりアンテナが立っていたからなのです。アンテナが立っていない時にはスルーしてしまったり否定してしまった話に満を持して出迎え、それが心に響くのです。

片づけたいのに出来ない、やり始めても長続きしない場合も、そこで諦めずにアンテナを立ておく事は必要です。

今回も偶然見たテレビの掃除の話から、「お坊さんが話す片づけ」に興味を持ち、関連本を何冊か読んでみました。

その中で、「誰にとっても自分は大切な存在である。その大切な自分がある場所はいつもきれいに整えておくべき」と書かれてあって、ここがアンテナに反応しました。

いつの間にか、自分の事は二の次になっていて自分自身で自分をぞんざいに扱っていた気がします。

「自分は大切な存在」を知る事で「大切な自分にふさわしい場所」を整えておく事の意味を知る事が出来ました。こうして全く想像しなかった切り口から整理収納が進んで行くのもまた、面白く楽しい事だと思います。

ぜひ、色々なことにアンテナを立ておいてください。整理収納話以外の何かがきっかけで片づけが進んで行くかも知れませんね。



### 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



# 朱夏（しゅか）通信（21）

季刊 朱夏らいつ

発行日：2016年9月1日（水）No.21

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)



## インテリアのワンポイント②①

今回は、家具のレイアウトについて考えてみます。家具も色々スタイルがありますが、家では家具はあくまで人が心地よく暮らすために置くモノ。デザインや見た目だけにこだわって結局は使いづらい事にならないように気をつけて選びます。

レイアウトの一番の基本は、行動動線を邪魔しない事。暮らしに必要な移動は効率よく動けなければなりません。動線上に家具があったのではそれを避ける為に、遠回りや横歩きになって効率を下げてしまいますのですぐに見直しをお勧めします。

また、家具は置ける大きさか、ばかりを優先しないでどこで何がしたいのか、部屋ごとの目的をはっきり確認してから購入を考えます。



### 今月の講習会から

#### ○電子化講習

教え子さんの文集、ご自作の水彩画、親御さんのかつての辞令、とそれぞれに残す目的を持って電子化しました



#### ○認定講師 トレーニング セミナー

講師研修講習を受講しました。



## モノ/語り

### ◆「美」の期待は立ち止まり



美容家 IKKO さんお薦めの美容液をわざわざ新大久保の韓国コスメのお店に行ったのが、何年前なのかも思い出せないくらい時間が経ってしまった。

当時は、韓国ブームで街は本当に混んでいた。目指すお店で商品を買えた時には「やったわ！これで、美しくなれるわ」という感じ。

ところが、帰ってきて添付の日本語の説明書を読んでも、かたつむりのエキスが入っているようで・・・。

かたつむりのエキスって・・・何？（だから！かたつむりのエキスだって）。

結局、怖くて(?)使えない。友人達にも勧めたが貰い手がない。パッケージが綺麗なので飾りとして置いてあったがすでに限界越え。

なので、捨てた。

捨てた時に「美」を損じた様な気分で、ちょっとさびしい気がした女心である。

かたつむりのエキスって・・・何？（だから！かたつむりのエキスだって）。

結局、怖くて(?)使えない。友人達にも勧めたが貰い手がない。パッケージが綺麗なので飾りとして置いてあったがすでに限界越え。

なので、捨てた。

捨てた時に「美」を損じた様な気分で、ちょっとさびしい気がした女心である。

## 講座のご案内

### ○9月の講座案内

#### ～ クリエイト南桜井教室 ～

<整理収納術・家の片づけとは>

9月 9日(金) 15:30～16:30

9月 21日(水) 10:30～11:30

<紙の電子化講座>

9月 21日(水) 13:00～15:00

<DIY 講座>

9月 7日(水) 10:30～12:30

<整理収納アドバイザー2級認定講座>

9月 28日(水) 10:00～17:00

※最新情報はHPをご覧ください

#### ○ くるりんの会のお知らせ

家で眠っているモノを手放したい人と新たに欲しい人の間をつなぐ「くるりんの会」を開催します。

出品したい方は、前日までにご連絡ください。

お得なモノがたくさんありますので、ぜひ、お越しください。

日時 9月 25日(日) 10時より

会場 クリエイト南桜井教室

## トピックス



### ～家の考え方～

夏が終わって、我が家の庭は緑がわさわさと重苦しい感じです。昨年の年末に手入れを頼んで、梅雨前にその場しのぎの剪定をしてもらっただけなので、庭全体の形が違って見えるのも当然と言えば当然です。

父は元気な頃、よく木々の面倒を見ていて、季節ごとに職人さんに連絡をして手入れを頼むなど、庭全体を管理していました。それが父の楽しみでもあったのです。

ところが、父が他界してしまった途端、家族の中に毎日の庭に心を配れる人間がいなくなってしまう。ここ2～3年は、庭全体の形が崩れてきてから慌てて手入れを頼んで、それが済むとしばらくは気にもかけず、気がつけばまた荒れている・・・。その繰り返しです。

管理能力以上のモノを持ってしまっているという事ですね。処分を考えて、木は切らずにこのまま、植木屋さんに引き取ってもらおうか、とも思いますが・・・。維持してきた大きなモノを手放すのは、管理能力の低下を受け入れて、刷り込まれた、家の価値観そのものを変えなければなりませんので、なかなか家族の意見も一致しません。

最近、ある程度の歳になると暮らしのサイズダウンを目的とした住み替えをする人が増えました。長く暮らした広い家を手放して、それよりも小さく暮らす、という事は賢明な選択だと思います。ですが、それを実行できるかは、家にどんな思いを持っているかでも違ってきます。世代にもよりますが、「家は広い方がいい」「家を持ってこそ一人前」という価値観を持ち、「終の棲家」を早い段階で決めてしまっていると住み替えに足かせがかけられてしまいます。

ですが、これからは、その足かせを外して、その時がきたら「住みやすい街で理想の家を手に入れる」または、「今の場所で小さく改築する」など、予めこのような考え方を持っていく事も必要なかも知れませんね。

## 整理収納用語の解説

### ～定位置の見直し～



家が片づくための条件に「定位置の決定」があります。

その定位置に常に戻す事を習慣化して徹底する事が「定位置管理」です。

ですが、時間とともに「定位置管理」が難しくなってくる事があります。

その様な時は、初めに決めた場所にこだわらずに新たな場所に定位置を決め直す事が必要になります。

これが「定位置の見直し」です。生活に定位置の見直しは常に必要です。



## 収納グッズ

### ～仕切りスタンド～



↑アクリル製



↑スチロール製

写真

無印良品 HP より

立たせる収納に便利です。書類に限らず収納したいモノ(カバンなど)を立てて置きたい時にも役立ちます。

まとまり易く、安定性が高いので使いやすいです。

無印良品 仕切りスタンド  
133×210×160mm

## 本の紹介

2週間で人生を取り戻す!

### 勝間式 汚部屋脱出プログラム 文藝春秋



「勝間式」とは経済評論家としての考え方と普通の片づけの苦手な主婦として体験談とのいいところ取りのやり方。片づけモードに入っている人にお勧めです。

著者：勝間和代 定価：1026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/shukulife>

## ～整理収納相談 Q&A～



- Q 洋服を整理したいと思っておりますが、なかなか手を付けられません。そのうちに、また新しく買ってしまいます。
- A 洋服の整理は、まず、同じ様なモノや着ていないモノがどの位あるかを確認して、自分の買い方の癖を知ることから始めます。そこから無駄買いを防ぐ方法を取りますが、この時間が取れない場合は、1着買ったなら、同じ様なモノを2着処分する様にするなど、整理しやすいルールを作るといいですね。このやり方でも、買い方の癖もわかりますし、洋服の数も自然に減ります。逆に最初に「2着捨てれば1着買える」と処分を楽しみにするのもいい整理法です。