



片づけを考える

○片づけには、「仮処分」の時間も大切です

寒い日が続きますが、暦の上では春です。いかがお過ごしですか。

春に向かうこの時期は、街にも春の色も見え始めます。春色のイメージは、有彩色のピンク、オレンジ、黄色などの暖色系の鮮やかな色に、白の明るさを加えた柔らかい色合いです。

一方、無彩色の黒に白の明るさを混ぜ合わせて出てくるグレーは色味から少し暗いイメージがあります。色の印象もはっきりしていません。この色の特徴を捉えてグレーゾーンという表現もありますね。

モノを整理する時、大抵の人は「要るか」「要らない」かの判断基準の間に、「要らないかもしれないけど、もしかして要るかもしれない？」という曖昧なゾーンがあります。

いわゆる、グレーゾーンの括りですね。整理収納では、この括りを「一旦、処分を保留」として「仮処分」などと呼びます。

捨てる力をあげていくには、「処分を仮にしておくこと」が大いに役立ちます。その場で、手放す決断ができなくてもある程度の時間を置くことで、気持ちの変化が表れて納得の処分ができるようになります。そのためにこの仮の時間が必要なのです。

ですが、仮処分状態のモノが動かずにいると整理はずっと半端なままです。

大抵は、高かったモノ、使い切っていないモノ、新品モノ、いつか使うモノかも…？などのモノが仮処分になっていますね。

この仮処分を片づけに上手く活用していくには、まず、前段階として、「とりあえず何でも仮処分」をやめ、本当に迷っているモノだけを仮処分にするようにします。

次に、仮処分状態のモノは、仮で置いておく期間を決めておきます。あくまで保留状態であることを理解し、モノをできるだけ早い期間で「残す」か「処分」の結論を出していく事を考えます。

一旦、仮処分にしても期間中に「要るモノ」とわかれば、ここから出して定位置を決めて残します。

仮処分中に、使わなかったものは、「多分要らないモノ」です。これらを手放すのに皆さん苦労していますが、「使わなかった」を認識して、「なくてもいいモノなのだ」と意識を変えていけるとモノは手放し易くなります。

また、捨てないで済む処分の仕方を決めることでも、仮処分を終わらせる事もできます。「譲る、売る、リメイクする」など方法は色々です。これが回転よくできると、仮処分のモノが動きます。

モノは、自分で納得できる手放し方を見つけていかなければ整理は進みません。捨てる事しかない、とわかっていてもできない理由もここにあります。

ぜひ、仮処分を上手く活用して納得できる手放し方を見つけてください。



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



朱夏らいふ

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)

〈朱夏らいふ〉

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 [朱夏らいふ] 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：2016年2月1日(月) No.14

編集&発行：朱夏らいふ 森 由香

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

E-mail : info@shuka-life.com



トピックス



～資格取得のテキスト～

春が近づいているからでしょうか、周りはちょっとした「資格取得」宣言ブームです。

資格は「持っているだけでは意味がない」と言われますが、自分のために勉強を始めるのはいい事ですね。

揃えたテキストもいい感じで本立てに並びます。

しかし、日々の暮らしに追われているとやる気モードもだんだんと下がり、ついには資格取得も勉強も諦めてしまったりします。でも、それでもテキストは処分できずに残してあるものです。

そのテキストを見る度、もやっ！としちゃいますか？そんな時には、頭の中を整理してみるのもいいと思います。これは、モノが欲しい時と一緒にです。

何でその資格が欲しいのか、を考えます。流行っているから、誰かが持っているから、取り易そうだから、あると便利そうだからなど、もしかすると取得の理由はゆるいかも知れませんね。

次に自分の中の余裕を考えます。今の暮らしのペースで取得の為に時間とお金が捻出できるかな？時間の詰め込み過ぎ、お金の使い過ぎにはなりませんか？

その結果、取得への思いや取得のための無理が少ない事が確認できたならばテキストを手が届きやすい場所に移動です。

考えた結果、(資格は)なくてもいいかな、と思ったらテキストも不要品として処分の対象です。

いつか、と思って置いておいてはスペースの無駄です。むしろ、処分してもまた購入したいと思えば、それは、何としても手に入りたい資格だと言うことです。

こうして置き去りにされたモノは頭の中で整理してみるのです。いらぬものは、早めに捨てて本当に欲しいものを手に入れに行きましょう！

整理収納用語の解説

～断捨離～

「断捨離」ということばは、造語です。

元々はヨーガの行法「断行・捨行・離行」からきています。この行法から人生や日常生活で執着から解放され快適な生き方を身につけようという考え方です。

断捨離は、「モノを勢いよく捨てる」意味で使われる事が多いですが、本来は、「モノへの執着から離れていく」という意味です。

なので、厳密に言えば、何度も「断捨離しました！」は、おかしな話になりますね。



インテリアのワンポイント⑭

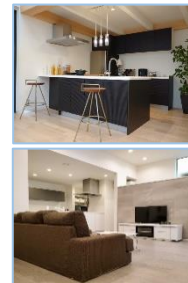
今回からは、インテリアにおけるカラー(色)コーディネートを考えてみましょう。

部屋の色を決める時に、同系色でまとめると他の色味に邪魔されることがないのでコーディネートし易いです。

例えば、青ならば白から黒の混ざり具合(明度)と鮮やかさ(彩度)で何色もの違った青があります。

そのグラデーションを上手く活かすと同系色だけでも単調にならずに落ち着きと安らぎ感が出ます。

安定した人気があるのは、茶系でのコーディネートです。濃淡の差をはっきりさせるとシックな、少なくすると柔らかな空間が演出できます。



←〇今から始める片付け
コープカルチャー富士見の皆さん、
最終回は雪でしたのに、全員出席、
ありがとうございました。



〇工夫次第で片づく家の整理収納術→
春日部カルチャーの皆さん、不必要の
ライン引きの設定が素晴らしかった
です。

ご受講 ありがとうございました



←〇整理収納講習会
講習会も今回で8回目。楽
しく刺激しあっています。

〇紙の電子化講習→
2016年の年賀状も電
子化できました。



←〇整理収納アドバイザー
2級認定講座
一日お疲れ様でした。今回も
合格率100%でした。



←〇DIY講習
マイサイズの棚がで
きました。

お知らせ

講座のご案内

～春日部市出前講座～
いきいきサロン会 2/20 <今から始める片づけ>

～染谷商事様主催～
スマイルフェスティバル 3/12 <片づけぷちセミナー>

～クリエイトアカデミー 整理収納セミナー
2/9 2/12 2/15 2/23 2/25 3/8 3/10

～蓮田市生涯学習～
学びま専科 3/13

～整理収納2級認定講座～ 2/21

講習会の最新情報はHPをご覧ください

モノ語り

◆意外とたくさん持てます！



今年もテーブルウ
ェア・フェスティ
バルが開催されて
いる。

テーブルコーデ
ィネイトのセンスを

磨くには絶好の機会である。

と同時に食器好きの私にとっては勢い良くモノを増やしてしまう情けない時である。

一流のコーディネーターの技に魅せられた後に、250を超える国内外のブランドや窯元の新作、提案商品が所狭しと販売されている。手ぶらで帰るのはムリなのである。

「本当に要る？」と自問しても雰囲気や飲まれて判断がクルクルの答えに…。なので、せめて宅配を使わず、持って帰れる数だけ買う事にしている。

でも、好きなモノは重くてもかなりの数を持ててしまう。「持てるだけ」の決め事もあまり意味がないかも(泣)



収納グッズ

～バックインバッグ～



バックの中に入れる小型のバックです。

小物がバックの中で乱れるのを防ぐのと同じくこのバックだけを取り出して持ち歩くこともできます。



↑写真
たのめーるより

- ・キャリングポーチ (A5サイズ)
- ・定価 1998円(税込)

本の紹介

あなたのお部屋が
イライラしないで
片づく本
かんき出版



アドラー心理学の「イヤ、できない」などのマイナスの感情が目的に向かう妨げにはならない、という考え方で家の片付けを始めようという本です。

著者 丸山郁美 定価 1,405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 カゴやファイルボックスを揃えて美的収納していますが、中に入っているモノがわかりにくいので、結局探してしまいます
- ・A 収納グッズが統一されていると、面と色が揃っているので見た目にはとても片づいて見えますが、区別が付きにくいのが難点です。ラベリングをする等の方法もありますが、扉の中などで使うなら透明や半透明のモノをおすすめしています。また、いくつか色だけを変えても変化が出て中身を区別しやすいです。