



片づけを考える

○ 気持ちとモノの整理は同じ感覚で

春は名のみ、の様な寒さの日もありますが、あちらこちらから沈丁花の香りが漂ってきて春の足音が確実に感じられる季節になりました。

春は陽気の良さも手伝って、特に理由があるわけでもないのに思い立って部屋を片づけたい時があります。

その様な時は、今の自分からちょっと変わりたいな、と思う気持ちが強くなっているのです。その願望がモノの整理にと向かわせているのです。

「気持ちの整理」と「モノの整理」は連動している気がします。

変わりたいと思っていても漠然としていて、「何をどう考えたらいいのかわからない…」だから、目に見えるモノを片づけて気持ちの変化を確かめてみたくなるのだと思います。

モノの片づけと言うとまず、捨てる事から始まるイメージがありますが、片づけは本当に大切なものを選んでいく事から始めるとやり易いです。

まず、大切なモノを使い易い所に置いていく。そこで、その場所に他の余分なモノがあって、大切なモノが入られなかったら、そこから余分なモノを捨てる（処分）または移動していくことを始めるとスローペースでも十分、片づけが進みます。



自分を変えたい時も「選ぶ」「捨てる」「移動（変化）」の考えは同じだそうです。

まず、自分の根幹となる考えを持ち、気持ちの真ん中においておく。そこに、自分を成長させない考え方や他人の目線からの考え方などが邪魔をしていたら消してしまうか、プラスに働く様に気持ちの中で重さを変えさせるといいのだそうです。

それが出来ると、やりたい事ははっきりして、心が乱れて感情が揺さぶられた時にも「整え方」がわかる様にもなったり、さらには、新たに「自分を変えたい何か」を受け入れるスペースの余裕も出来てきてくる、と言われていました。

「自分を変えたい何か」が、決まっていなければ、時間をかけて見つけていくのもいい形だそうです。その時間も新しい自分が動き出すまでの準備なのですね。



せっかく空いた所に自分以外の考えを入れてしまっただけいけないのは、モノの整理の時と同じで、ふと入れてしまったこだわりで埋め始めると、過去に、また、未来をも縛られてしまい、今が見えずに「何か」を求める力が弱くなってしまふからだそうです。

実際には、モノとは違い、気持ちの中から完全に何かを消し去る事は不可能なのかもしれません。

ですが、少しでも、生き易く、また自分らしく生きていく為に、「気持ちの整理」を「モノの整理」のやり方と重ねて身につけていければ、無理なく両方、上手く出来るのかもしれないですね。



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



朱夏らしい

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)

〈朱夏らしい〉

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 [朱夏らしい] 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3月1日（火）No.15

編集&発行：朱夏らしい 森 由香

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

E-mail : info@shuka-life.com





～情報の管理力～

「時間」は、どのような立場の人でも管理すべき重要なものです。また、「情報」に関しても上手に管理することが、無駄な時間をどれだけなくせるか、に結びついてきます。

今やネットで溢れる程の情報が簡単に手に入る時代になりましたが、得た情報の管理に多くの時間を費やしてしまうのは、もったいない事です。



情報管理のための時間の無駄をなくすためには、まず、情報を収集する時に闇雲に集めるのではなく、ある程度、自分で絞り込んだキーワードで検索してピンポイントの情報を得る様にします。

とは言え、それでも大量の情報がヒットするでしょうが、大切なことはどんどん情報を集めるのではなく、見ながら「欲しい」と思った情報以外は瞬時に「捨てていく」ことなのです。

とりあえず、「要るかもしれない」と何でも集めてしまうと、いざという時に探す時間の無駄が発生しますし、また後々を考えて予め、収集時にきちんと保存していくやり方もありますが、果たしてその情報が陽の目を見る事があるのか、と疑えば手間をかけた時間が無駄になる危険性の方が高いはずで。

単なる情報に限らず、形になっているモノは手をかけた分、捨てるにくなります。

この様に考えていくと、情報を「整理する力」よりも「捨てる力」、つまりは情報の解釈能力に長けている事の方が、情報管理のための時間の無駄が少ないという事になります。

流れてくる情報をただ受け入れてしまうのではなく、常に厳しい目で取捨選択を瞬時にできる力を磨きたいものです。

情報とは、内容を読み取ってそれを意思に反映させたり、組み合わせで自分の中で価値を持たせてこそ生きていくのです。

その本来の目的の為に、必要な情報をすぐに取り出せる仕組みこそが、有効な時間管理になります。



整理収納用語の解説

～定位置管理②～

モノは決めた場所から「出す・使う・戻す」の繰り返しです。

定位置が決まってもそこへ戻せなければ、定位置の意味を成していません。

モノが常にそこに戻れる状態を整えておく事までを指して定位置管理が出来ている、と言えます。



インテリアのワンポイント⑮

色調は、トーンと呼ばれ明るさと鮮やかさを同時にあらわしたものです。

一般的に黄色と言われる色も「春」のイメージの黄色と「秋」のイメージの黄色では、印象が違います。

純色(原色)に近いトーンは、ビビットな感じです。

純色に少しずつ白を混ぜていくと鮮やかさがなくなり柔らかい明るさになりますし、逆に純色に少しずつ黒が入って行くと鮮やかさも明るさも低くなりくすんだ色になっていきます。

同じ色調(トーン)の中の色味を使うと、それぞれの色がぶつからずにまとめやすくなります。

またそれぞれのトーンによって、イメージがあるので好きなインテリアイメージに合うトーンを選ぶ事がポイントです。



○ 市民塾出前講座

「いきいきサロン会」で出前講座しました。皆さん、その後、片づけは進んでいますか？

講習会から

○ 整理収納教室

今回は皆さんで、文房具の整理収納でワークショップを楽しんでみました。



～ご受講ありがとうございました～

○ DIY講習

生徒さんの欲しかったサイズの棚がワンコインの材料代で、出来上がりました。



お知らせ

講座のご案内

○3月の講座案内

～スマイルフェスティバル～

<プチ片づけ講座>

3月12日(土) 10:30～ 染谷商事様催し会場

～蓮田市生涯学習学びま専科～

<基本の整理収納術>

3月13日(日) 10:00～12:00 中央公民館

～整理収納アドバイザー認定講座～

3月28日(日) 10:00～16:00

～クリエイイト南桜井教室～

<整理収納術> 3月8日(火) 3月24日(木)

<紙の電子化> 3月19日(土)

変更もありますので、最新情報をHPでご確認ください。



モ/語り

◆叔母の熱い思い！



今春、甥が大学を卒業し、社会に踏み出す。この甥は、近くにいるので「ほぼ息子」の存在である。

なので、私の気持ちはもっぱら母のレベル。

妹(甥の母親)と一緒に先走って色々心配するので甥には、いつも適当にスルーされている。しかし、そんな事にはめげない。伯母としてさらに頑張らなければ(?)いけない!

お祝いは、日頃の主義からお金にするつもりであったが、それを破って電子書籍リーダーをあげたいと思って用意した。

「これで、電車の中で仕事関係の本を読めるからね」と渡すつもり。

やはりお金の方がいいかな……。クールな彼の反応はどうか？少し不安……。

だけど、もし、ピントズレでも全力で応援しているよ！新社会人おめでとう。



収納グッズ

～押し入れハンガー収納棚～



押し入れの奥行きを有効に使える用品があります。このタイプは押し入れを手前と奥を分けて使え、さらに奥のモノも出し入れがしやすい工夫がされています。



・ニッセン

(写真上) 14,900円(税別)

(写真下) 4,990円(税別)

↑ニッセン
通販カタログより

本の紹介

仕事ができる人の「デスクトップ」は美しい

すばる舎リンケージ

「頭がいい人」「イマイチな人」「残念な人」の仕事ぶりを徹底解説しています。時間を有効に管理するためのノウハウ本です。

・著者：日本タママ社 社外普及協会
・定価：1,400円(税別)

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「終活」としてモノの整理をしたいのですが、代々のモノも多くどのようにしたらいいのかわかりません。

・A 次世代の事まで考えると、不要とするモノは全て処分する事が理想ですが、そこまでは無理かな、と思ったら、「処分して構わないモノ」と「確認してから処分するモノ」をわかる様に分けておくことです。

そうする事で、後々片づけをする人の負担が減少します。実際にはモノを分けて置いておかなくても、〈和室桐たんすの2段目→確認〉〈リビングチェストの左扉内→処分〉など、一覧表にしてわかる様にしておくだけでも、片づけは一歩進んでいます。

