



## 片づけを考える

○色々な力で片づけていく

秋を満喫できる季節になりました。いかがお過ごしでしょうか。

収穫の秋はお腹にも嬉しい事がたくさんあります。色々な食材を楽しむ事で料理の腕も上がります。

料理を作る時に、「美味しく食べたい」と思う気持ちがあると、作る手間や時間を惜しまなくなります。すると、だんだん美味しい物が作れる様になってきます。

これは料理をすることで、色々な事に気がまわる様になり、また、料理の技術も身についていくからだと思います。食材の鮮度を見抜ける目だけがあってもだめですし、包丁を使う技術だけが超越していても、美味しい料理には仕上がりにません。総合した「力」がないと半端な感じになってしまいます。

片づける「力」もそうです。



何でも捨てられる強さ、どんなモノでも上手くしまえる収納技術、徹底した自分だけの価値観など、ひとつだけに偏ってしまうと、快適に「暮らす」から離れてしまいます。

逆からいうと、色々な力が必要なのですが、ひとつひとつはそんなに強く力でなくても大丈夫です。押し並べて力がついていればいいのです。

- ・モノを買う時に、本当にいるのか、と一旦立ち止まってみる力。
- ・モノが増えてきた時に、いるか要らないかを判断ができる力。
- ・自分の適量を把握する力。
- ・限られた数のモノを使いまわせる力。
- ・適所に使いやすく収納する力。
- ・要らないモノを処分できる力。
- ・使い勝手が悪ければ見直しをする力 など色々ありますが、

その時その時で、色々な力がいられますね。その時に応じてその力出したり引いたりしながら暮らしを整えていければ豊かに暮らしていけるのではないかと思います。

ひとつひとつを完璧に求めてしまうと、自分自身もキツくなってしまいますし、他人から見ると変わった人にもなってしまいます。

後先を考えずにどうしても欲しい時もあるでしょうし、「要る、要らない」の判断が甘くなる時もあるでしょう。収納も上手いかわず、グッツの無駄買いにがっかりしたり、不燃ゴミの日を逃したりと日々色々な事で上手くいったりいかなかったり・・・。

でも、それが暮らしているという事なのだと思います。片づけに関しては、全体的に少しゆる目でも総合的に力がついていると、大きく乱れるという事が起きません。

小さな乱れは簡単にリセットできます。料理の腕を上げていくように、片づけの力も上げていけるといいですね。

料理の上達に「美味しい料理が食べたい」と思う事が原動力になるように、片づけ力アップの原動力を見つけて少しずつ色々な力を身につけてください。



### 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10月1日(土) No.22

編集&発行：朱夏らしい 森 由香

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

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



## トピックス



### ～雑談のススメ～

コンビニへ行くと、まず、本のコーナーの前を通り置いてあるムック本をチェックしながら、進むのが習慣になっています。

本のコーナーには必ず、「片づけ」や「整理」といったキーワードがタイトルに踊る本があります。

それらの内容は、家の中の片づけ方であったり、仕事上の上手な書類の整理の仕方であったり、さらには心の整理の仕方であったり、本のそれぞれの目的は違っていますが、

内容には共通する事がたくさん書いてあり上手に読み込めば、一冊で色々なシーンで応用が効くという事になりますね。

ですが、ひとりで本を読んでいてもその中から多少のヒントはもらえても実際はなかなか意外な「気づき」を見つけるまでにはいかなかったりします。

では、どんな時に見つかるかというと、誰かと気楽に話している時に多い気がします。そんな時にピンとくるものです。

改めて、「片づけの話をしましょう」と場を用意しなくても、雑談として話をする中に気づきにつながるヒントは隠れています。話す方も、自分の話が他の人の琴線に触れるとも思っていないところに雑談の良さがあります。

何気ない会話から、「そうすればいいの？」とか「そう考えれば楽なのか」など自分の中の気づきにつながります。

そしてこれが、意外と簡単に実行に結びついて行くのは、身近な人がやっている事なので「自分にもできるかも」と思えるからです。目の前の人に疑問を投げかければすぐに答えてくれますし、次回にその話題を出す事もできます。

何事も気づきは、会話の中から始まるのかも知れません。私も整理収納を話せるコアな友人達の雑談から多くの気づきをもらいます。とても感謝しています。

## 整理収納用語の解説

### ～戻す習慣～

モノを「使ったら戻す」を習慣にすると家は散らかりません。

戻すためには、定位置（モノの住所）が必要であり、戻しやすくするために行動動線や動作数が影響してきます。

始めのうちは、戻す事を意識していきますが、繰り返し続ける事でどんな時でも面倒だと思わずに戻せるようになります。

これが、「使ったら戻す事が習慣になる」という事、そして同時にいつも片づいている状態が保たれているという事です



## インテリアのワンポイント②

前回の続きです。ソファを置く位置を考えてみます。ソファは座った時の座り心地も楽しみたいものですが、実際は、座った時に見える景色で部屋の居心地や開放感まで変わって来てしまいます。

そこで、見えるものをソファの向きでコントロールしておきます。

来客の多い家では、キッチンを背にしてソファを置くこととごちゃついたモノが隠せませし、小さなお子さんがいる場合はキッチン向きに置くとお互いの動きがよく見えます。

また、ソファを隅に置けば視線の方向が広がり部屋が広く感じます。反対に窓に向けて置くと視線が屋外に向き開放感で気持ちよさを感じられます。

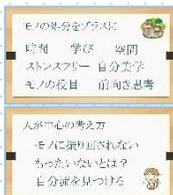


### ご受講ありがとうございました

OROSE LAND の会  
（片づけ勉強会）  
読んだ本を持ち寄り  
暮らしの中の片づけ  
を学びました。



○南桜井  
クリエイティブ教室  
マイルールを決  
めて実行に移し  
ています。



## モノ/語り

### ◆新たな課題

そろそろマズいかも・・・。と思いつつ洗面台の水漏れをきちんと修理しないで、その場凌ぎで誤魔化してきたのは、思い切って新しい洗面台に取り替えたいと密かに思っていたからである。



使っていた洗面台は、今ひとつ収納力がなかったのが不満だった。先日いきなり水が溢れ出し、晴れて買い替える事になった。

新しく選んだ洗面台は、引き出しタイプで鏡の裏も収納たっぷりというモノ。これなら何だって入る！

ところが、収納スペースや位置の違いで今までの自分なりに工夫していた収納パターンが当てはまらない。

一から収納を考える事になった。なので、今の我が家の洗面台の中は、仮の収納で使いにくい。こうなると前の洗面台が懐かしく感じる。我ながら勝手である。



## 講座のご案内

### ～ コープカルチャー～

＜今日から始める整理と収納＞

11/8 (火) 10:30～12:00 コープカルチャー富士見  
11/9 (水) 10:30～12:00 コープカルチャー越谷  
11/15 (火) 10:30～12:00 コープカルチャー春日部

### ～ クリエイト南桜井教室～

＜整理収納セミナー 暮らしスタイル＞

10/4 (火) 10:30～11:30 10/21 (金) 15:30～16:30

＜紙の電子化講座＞

10/25 (火) 10:00～12:00

＜DIY 講座＞

10/16 (水) 10:30～12:30

### ～春日部市立緑小学校家庭教育講座～

＜基本の整理収納術＞

11/25 (金) 15:30～16:30

### ～白岡市生涯学習後期講座～

＜基本だけ知ればできる家の片付け＞

11/29 (火) 10:00～11:30 12/13 (火) 10:00～11:30

### ～コープみらい学びあい講座 西北ブロック～

＜簡単に学べる整理収納術＞

12/8 (木) 15:30～16:30

※最新情報は HP をご覧ください

お知らせ



## 収納グッズ

### ～ガラスジャー～



ガラスジャーとはガラス瓶の事です。傷が付きにくく匂いがつかない事から食品の保存に向いています。瓶が揃っていると見せる収納にもなり便利です。

クリップやマスキングテープなどを入れて机においてインテリアとしても使えます。

## 本の紹介

もっと輝く自分になる！  
シンプルな習慣

宝島社

ムック本で、読みやすく、読み出すと、頑張れそうな気がします。Chapter3の「毎日が充実するシンプルな習慣」ではモノの持ち方やお金の使い方まで多方面に渡り書かれてあります。

定 価：539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 子どもが片づけられない事を怒ってしまいますが・・・。
- ・A お子さんが片づけられない事を怒ったり叱ったりするよりも片づけるように手助けをしてあげてください。最初は片づいた状態と一緒に作ってあげるといいでしょう。そこから、片づいてよかった事、例えば、すっきりして気持ちがいいとか忘れ物が減ったとか、そういった嬉しい効果に結びつけて褒めてあげると片づけがイヤな事ではなくなり、片づけの習慣が身につきます。片づけられない→叱られる→イヤになる、の連鎖を切りましょう。

