



片づけを考える

○片づけのレベルアップは経験から

6月の別名、水無月は「無」が「の」の意味を持ち「水の月」という意味だそうです。田植え済みの田に水を引く月であることから「水の月」なのだそうです。水から6月がイメージできますね。

皆さんは片づけに対してどのようなイメージを持っていますか？
セミナーでお会いする皆さんとは、その時の一回しかお会い出来ない事がほとんどです。ですので、その日をきっかけに「片づけがうまく進みます様に」という思いを込めて話をしています。
ですが、受講して下さった皆さん全員が一気に片づけをうまく進めて行けるわけではありません。上手くできていく人とそうではない人といえます。

この違いは、ただ単に片づけの経験回数の違いです。
セミナーでは、小さいエリアでの片づけをお勧めしていますが、小さいエリアの片づけは時間が短くて済むからです。

モノの要、不要を決めていくのは気持ちが疲れます。最初はそこを考えて気持ちを疲れさせない時間内で片づける事が大切です。

小さなエリアでも「片づけ」をすれば、「モノの判断基準を自分で設定し、不要なモノをそこから出し、処分方法を決めて、残したモノの収納を考えていく」という一連の流れを体験する事ができるので、取り掛かりとしては充分です。

はじめはあまり上手くできなくても気にする事はありません。少しだけの「やった感」と「使い易さやスッキリ感」が味わえればいいのです。ここからは、ひたすら回数をこなす事です。

最初は、要、不要の判断に迷いが出ます。特に、使っていないモノは「要か、不要か」の判断に時間がかかり、さらに結局は「いる」、つまり「要」になってしまいます。

回数を重ねていると、だんだんと「いるかも知れない」という中間の区別を持つ事ができるようになります。そこで「いるかも知れないモノ」は「仮処分」として、「要」「仮処分」「不要」3つの区分で処理してみると今まで迷っていた時間が短縮されます。

そして、何かの時に「仮処分」してあるモノを色々な形（廃棄・譲渡・再生など）で処分する事ができて来ると、「この類のモノは、取っておいても結局はいらなかった」という経験ができて、そこからは、少しずつ、「仮処分」にするモノを最初の要、不要の判断の段階で、不要として判断ができるようになってきます。

何回か何箇所かの整理や収納を経験していくと、前よりも時間がかからなくなっている事に気がつくはず。それは「片づけ力」が上がっているからです。

片づけに時間がかからなくなると、作業時間が見積もれるようになります。ここまでくれば、後は自然に片づけが上手になります。

片づけは「上手くできないもの」というイメージを持たずにゆっくりに回数を重ねレベルを上げていきましょう。



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：2017年6月1日（木）No.27

編集&発行：朱夏らいふ 森 由香

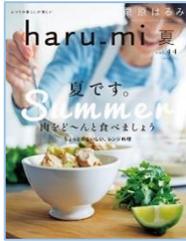
HP : <https://shuka-life.com>

E-mail : info@shuka-life.com



～栗原はるみさんのキッチン～

トピックス



料理本としては異例の売り上げだったという「ごちそうさまが、ききたくて」のレシピ本の著者、栗原はるみさんは飾らない人柄が魅力の料理家です。

レシピ本もテレビで観る「いつものキッチン」での写真なので親近感を覚えます。

そのこだわりのキッチンからは全体の色使いや光、食器の並べ方や小物の選び方までのセンスの良さがわかるとともに、楽しんで料理をしている様子が感じられます。

どちらかと言えば、モノが隠れているキリッとした印象のキッチンではありませんが、使い易さと好みが優先されているキッチンです。

キッチンに収納してあるモノは食器、調理器具、リネン類、調味料などこの家庭のキッチンにもあるモノばかりですが、仕事柄、一般の家のそれとは数が違います。

栗原さんは見せる収納にして、全てのモノの存在を把握し、しまい込んで忘れてしまう事がないようにしていると語っています。

栗原さんにとって食器は「持っていれば満足なモノ」ではありません。大切に作った料理をより映えさせるという仕事上の役割のひとつを担うモノなのです。

私達は気に入った食器を持っていても何かが強すぎて使いこなせなかったりしますが、そこは流石にプロ。鑑賞用として単独でも十分に魅力のあるモノを見事に料理と合わせて使っています。

ひとつひとつの食器を大切に思いその良さを理解しているからできる事なのでしょうね。栗原さんのそのモノへの扱い方からお互いに信頼関係が生まれているのでしょうか。

人とモノとの理想的な関係です。

「片づけが元気の源」だそうで忙しい中でも時間をやりくりして片づけている様子がブログからも垣間見えます。時間を大切に上手く使う生き方そのものもお手本にしたいお人です。

整理収納用語の解説 ～見える化～



モノを意識的にいつも見える状態にしておく事です。

モノの存在そのものや残量、ストックなどがひと目でわかる事で適切な在庫管理ができます。

ケースなどに入れる時には、残量や中身がわかるように透明や半透明の容器に入れるなど工夫をします。

在庫は品別に一箇所にまとめて扉のある場所や引き出しに保管し、開けばひと目で数が把握できる様にしておくと見た目にもきれいにでき、さらに在庫管理も行き届きます。

インテリアのワンポイント⑳

インテリアを考える時に、いいな、と思うものを好きな様に取り入れてしまうとチグハグな空間になってしまいます。

インテリアを考える時には、まず、どんなインテリアスタイルがあり、どんな感じのスタイルにしたいのかを考えます。

日頃から、インテリアを意識して本や雑誌などで好きな雰囲気のあるインテリアの写真などをスクラップしておく、好みの傾向が見えてきます。

部屋全体の色の配分も写真を参考に決めます。反対色をうまく使い、色調を揃える事でイメージする雰囲気が出て大きな失敗がありません。



ご受講ありがとうございました

○安心のための整理術
親御さんの終活にもお役立てください



○南桜井教室アンケートのお答えありがとうございました。

講座のご案内

～南桜井クリエイティブ教室～

＜整理収納セミナー 暮らしスタイル＞
6月14日(水) 7月12日(水) 10:30～11:30
7月21日(金) 15:30～16:30



モノ語り

◆デリッシュキッチン



友達から料理動画「デリッシュキッチン」のアプリを教わってから重宝している。

毎日新メニューがアップされてくるが、好みのメニューを検索する事もできるし、気に入ったメニューを保存する事もできる。

メニューを選ぶと動画で手順を見せてくれる。長年台所に立つ身としては、一回見れば大方、頭に入る。レシピは一覧でも出ているので買い物しながら確認する事も簡単に行ける。

色々見ているとメニュー決めができるので助かっている。

最初のうちは材料も分量も計っていたが、慣れてきたら色々適当になってしまい、微妙な味に仕上がる時もあり家では不満も出ているが、これによりレシピ本が処分できると思うと結果オーライ(?)である。



収納グッズ

～フタ付き収納ボックス～



フタが持ち上がるので引き出しを引き出す事が不便だった場所に使えます。棚に置けばホコリの心配もなく、フタが中に入る形もあります。



(上)フラッテボックス ニトリ
(下)プロフィックスカバコ 天馬産業

写真、各社HPより

本の紹介

片づけられない人のための
考えない片づけ
エクスマレッジ



「移動・増設・詰め・整美」のいずれかの方法で問題を解決しています。本の真似をしながら片づけのパターンを覚えていくのもお勧めです。

著者：川上ユキ 定価：1512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>

講座のご案内

～蓮田中央公民館主催講座～

＜ゆっくり進める本気の片づけ＞全4回
第1回 6月7日(水) 第2回 6月21日(水)
第3回 7月5日(水) 第4回 7月19日(水)

～白岡市中央公民館前期講座～

＜書類の整理＞全2回
第1回 6月8日(木) 第2回 6月22日(木)

～春日部市生涯学習 市民塾～

＜紙と書類の整理＞全2回
第1回 7月6日(木) 第2回 7月20日(木)

～くらぶチャレンジ 生活クラブ春日部～

＜整理収納のマイルールを作ろう＞
6月2日(金) 10:00～

～ママと子どものセミナー 花積幼稚園～

＜楽しい食育法と簡単な整理収納術 コラボセミナー＞
6月30日(金) 10:30～

～学び舎 コープみらいさいたま大宮ブロック～

＜捨てられない人の整理法収納術＞
7月13日(木) 10:30～

講習会の最新情報はHPをご覧ください



～整理収納相談 Q&A～



- ・Q 友人などが、モノを持ってくる時に、断れないのでもらっていますが、モノが増えるのは困っています。
- ・A 感謝の気持ちをモノで表す事もあるので、単に「いらない」では失礼になりますね。お勧めしているのは、日頃から「家の中を片づけている」と公言しておく事です。そのことが誰からか、相手の人の耳に入っていれば、その人も花や食品など形に残らないモノを選んでくれるでしょうし、モノによっては、もらうのを断っても「(好意を)受け取らなかった」とも思わないでしょう。それでも入ってくる時は、気持ちを受け取って、モノは処分の対象にしてしまいます。