



## 片づけを考える

### ○「ちょっとクール」がいい感じ

暑かった夏も過ぎ、少しずつ秋の気配がします。暦の上では、処暑の末候、「禾乃登（穀物すなわち実る）」みのりの時期の到来です。皆さま、いかがお過ごしですか。気候もよくなり、さわやかな少し冷たい空気は気持ちがいいものです。

この少し冷たい、という状態は、適度な緊張感があり心地良いですね。暮らし全般も、「少し冷たい（クール）」を取り入れながら暮らしている人はとても魅力的です。

この「少しクール」はシンプルというイメージにつながっていると思います。

書店に行くと「シンプルに生きる」とか「シンプルライフのススメ」などシンプルという文字が踊っています。世の中の人々が、いかにシンプルにあこがれているかがわかります。

シンプルとは、何でしょうね。それは、自分の価値観で大切なものを決めそれ以外には執着しない事だと思います。

色々なものに執着すると複雑になっていき、シンプルからは遠く離れてしまいます。



モノの持ち方で言えば、気に入っているひとつを大切にすることです。ひとつを大切にすることにはそれ以外には執着を持たないという意味にもなります。

例えば、気に入って使っているペンがあるとしますね。そのそばにも何かのイベントで景品にももらったペンもあったりします。

「いつも使っているペンの方が断然使いやすい」とわかっているならそのイベントのペンは家から出す事がひとつを大切にすることです。最初は、とりあえず使う時もあるかも、と思い、家の中に入れても余程のことがない限りそれが活躍する事はありません。

答えはストレートです。大切なひとつがすでにあるからです。

本来はモノを家に入れる前にこそ執着を捨てて、はじく事ができることがベストです。

大切に思っていないモノに執着するとモノが増えていきます。さらには、本当に大切にしているモノさえわからなくなってしまいます。

なぜ執着してしまうかという、持っていない事を不安に感じさせるようにしている世の中の風潮もあるからでしょう。

ですが、ここは敢えて、「持っていれば安心」にはならない事を知り賢い消費者になるべきです。

これは、生き方にも通じているのかと思います。

自分にとって大切なものを知りそれを大事に思いながら暮らしていく。その様に暮らしている人が素敵に見えるのは、あれもこれもと思うガツガツした感じが全くないからなのでしょう。

でも、あまりにストイックになってしまうと、暮らしに彩りがなくなってしまいます。「ちょっとクール」ぐらいがちょうどいいと思います。クール度は、「ちょっと」でも結果的には、今よりずっと暮らしやすくなっていくはずですよ。



### 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



# 朱夏らいふ便り（9）

発行日：2015年9月1日（火）No.9

編集&発行：朱夏らいふ 森 由香

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

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



## トピックス



### ～7割がちょうどいい～

食べ物が美味し～い秋がやってきます。買い物中でも、目につき、ついつい買ってしまいます。また、この時期は他からも色々美味しいいただきモノもあります。

とても、一日二日では食べ切れません。となると、頼りになるのが冷蔵庫です。考えてみれば、冷蔵庫がカラカラの季節はないのです。何だかんだ一年を通じて頼りにされています。

そんな冷蔵庫ですが、今や、満杯に入れられないようにする事は常識になりましたが、なぜ、余裕を持たせる事が必要なのかご存知でしょうか？

もちろん、中が見やすい、庫内に冷気が回るなどありますが、それとともに臨時的モノを受け入れる為にスペースが必要だからなのです。

冷蔵庫の中をキッチンと整理収納してあっても、一分の隙もなかったら予定外に入ってきたモノを入れる場所がありません。

となると、新たにモノを入れるには、一旦何かを動かさなければなりません。あちこち動かしているうちに、今までの収納の形が崩れ始めます。

臨時的モノはいつ出ていくか、(消費できるか)わからない状態で何日も庫内にあります。その間のモノの移動で、庫内は乱れます。やっと、臨時的モノが出て行ってもリセットするのが面倒になっています。

それを防ぐ為に、日頃から余裕のスペースが必要なのです。よく言われているのが8割収納ですが、実際は7割程度が理想です。

この考えは冷蔵庫に限らずクローゼットでも引き出しでも、お財布でもそうです。

そして、もちろんお腹もです！「腹 8 (できれば 7) 分目」で参りましょう。

## 整理収納用語の解説

### ～片づける～



何となく「長い時間放ってきた所を大仕事できれいにする」という意味で使ってしまいますが、厳密に言い分けるとすれば、短時間の使用で乱れた部屋をリセットする様な意味合いです。幼稚園のお帰りの前の「お片づけ」がそうです。

元々あった場所に戻す程度の事です。

日頃の基本の整理と収納ができていれば、あとは、毎日のちょっとした片づけだけで、きれいな状態がキープできるのです。

## インテリアのワンポイント⑨

今回のインテリアスタイルは、「カントリースタイル」です。プリティッシュ系、フランス系、初期や各地のアメリカ系などがあります。イメージは自然の中の素朴な家です。



素材は、木本来の温かみを活かした木、古材、土、レンガなどで、ファブリックは、木綿、麻など手作り感があるものです。質感は自然を活かした感じ、均一ではない感じを大切にしています。

色も時間と共に褪せてきた色合い、また、その土地の回りにある様な自然の色が好まれます。

形もタイプにより、骨太なラインやゆったりとした曲線が使われます。ゆっくり流れていく時間を楽しむ生活スタイルにあっています。



○春日部市生涯学習「古いモノを電子化、残して捨てよう」



○整理収納セミナーinタカラスタダード「ショールームで整理収納を学ぼう」



○コープカルチャー「似合う服を知って残すクローゼット整理術」

## 講習会から



ご受講ありがとうございました。



○テクノプラザかつしか 起業セミナー「SNSが宣伝以外に意味する事」(30～60代の女性にプチ起業について話をしました)

## モノ語り

### ◆間違っ買ってしまったら



最近、修正テープの定番を変えた。

買い物ついでにその詰め替えカートリッジがなかった事を思い出して売り場に行った。

いつも行く文房具店と違うので勝手がわからないので、ウロウロ。

修正テープがなぜか定規のコーナーにあったが家を出る時に確認していないので、今ひとつ商品確認に自信がない。

多分これかな、と思うモノを買ってきた。

ところが、詰替えカートリッジを買ったつもりが本体(カートリッジ付)を買って来てしまっていた！

「ちょっとメーカーさん！この書き方わかりにくいわ！」(←完全に八つ当たり)

さて、どうしようかな～。詰替えカートリッジに代えてもらう？ガソリン代かけて？う～ん。

## 収納グッズ

### ～小物ケース～



元々はクリームなどを入れるケースですが、アクセサリーや文具、薬入れにも使えます。

中身が見えるのと急いでいる時はケースごと持ち出せるので便利です。

3段から5段重ねになります。大抵の100円ショップのコスメコーナーにあります。

## 本の紹介

### 私の台所の作り方 暮らしの手帖社



この本を読んでいるとおしゃれな「キッチン」ではなく使い慣れた「台所」の魅力が伝わってきます。

良いモノを長く使う、贅沢な暮らしの哲学が台所のあちこちに見え隠れしています。

・著者：石黒 智子・定価：1,300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 リビングは毎日片づけているのになぜか雑然とした感じがします。
- ・A そのような場合は、部屋全体の色を意識してみてください。  
特にリビングなど家族の公的スペースに多くの色を使っていると雑然とした感じに見えてしまいます。  
同系色を3色、または、同系色2色+少しの反対色1色でまとめると品よく落ち着いた雰囲気になります。  
さらに、家具などは、面も揃えると統一感も出てスッキリした印象になります。