



片づけを考える

〇楽しみを片づけの味方に

この『朱夏らいいん便り』の表紙タイトルの上のリースは、毎号その時期に合わせた花のイラストを使っています。今号はチューリップです。春の花は、優しい感じがしていいな、と思います。

片づけをする時にも、気持ちがよくなるものを上手く利用することを、片づけの「面倒」なイメージを気分的に緩和することができるのでおすすめしています。

好きな音楽を流したり、好きな香りのアロマを焚いたり、作業用の小物類を明るい色にする人もいます。予め、片づけ前に終わった後の「お楽しみ」を用意しておくのもいいですね。

『片づけは楽しみながら』は目標ではありませんけど、最初のうちは、少し難しいかもしれません。片づける量も多いのでどうしても、「面倒…」とマイナスなイメージが出てしまいます。なので、最初は、嫌(いや)にならない工夫を意識的にしながら片づけを始めるといいでしょう。

片づけは、少しの時間でもできれば、成果は出ます。すると、その成果を感じる楽しみが出てきます。すっきりとした空間を見てうれしくなったり、モノが使いやすくなったのを実感できたら達成感も味わえます。

そうして何回か、片づける→楽しめる、を経験すると、だんだんと片づけに入る時に、この先に起こる楽しみを期待することができるようになります。すると、最初の片づけの時の「片づけは面倒」が影をひそめてきます。

ここまでくると、「さらに使いやすくするにはどうしたらいい？」などさらに一段レベルの高いことを考え始め、片づけが完全に楽しみに変わってきます。

片づけが無理なく楽しみになるにはある程度、時間も必要です。始めたら一気に終わらせたくてなりますが、急ぐあまり自分とモノとの関係がうまくつかめない状態で片づけを進めていってしまうとすぐにリバウンドが始まってしまいます。

リバウンドが始まり出すと片づけの楽しみを見いだせません。むしろ片づけは短期間では終わらないものと覚悟し、少しずつ確実に片づけを進め、その楽しみをじっくり味わってください。

「いい気持ち」で気をつけることもあります。それは、SNSや雑誌の画像から入ってくる「きれい」だけを追いかけないことです。極端な言い方をすれば、モノがどんなに多くても、棚を作りケースを揃えて中に入れてしまえば、部屋はきれいに見えます。

ですが、片づけの目的は、そこではなく「生活しやすいこと」です。そこができてから、余裕があれば見た目を整えていきます。

空間を埋めていくテトリス好きの人も収納率を超えるしまい方を楽しんでしまうので気をつけてくださいね。

さあ、片づけの楽しみを見つけに行きましょう！ You'll be fine.



朱夏らいいん



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)



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。

〇資格取得講座<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



モノを減らすお手伝いをします

ご自宅やご実家のモノが多くて、片づけが始まらない方にモノを減らすことをメインにした片づけのお手伝いをします。

ぜひ、モノの手放し方のコツをつかんでください。簡単な収納アドバイスも致します。(セミナー受講生徒さん、紹介の方、誕生日、母の日、父の日ギフトに使われる方、料金割引サービス致します)

※(例) 通常コース 3時間 9,600円～ お急ぎコース 3時間 15,000円～
ご相談に応じます。詳細はお問い合わせください

<朱夏らいいん>

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 [朱夏らいいん] 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：2022年4月1日(金) No.46

編集&発行：朱夏らいいん 森 由香

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

E-mail : info@shuka-life.com

2020年9月よりHPとE-mailのアドレスが変わりました



2022年4月発行 第46号



朱夏らいいん便り (46)