

【キッチン「食」を支える場所】



キッチンは食品、食器、調理器具、カトラリーなど、多種類で色々な形のモノがあるので片づけは難しいように思いますが、一人で要・不要の判断がつくので、片づけやすい場所でもあります。

片づける時には「どんなキッチンにしたいか」を考えると目的とゴールがはっきりします。

「どんな」が明確でない場合は、「何に困っているのか」「何にストレスを感じているのか」から考えてみると目的が見えてきます。

目的とゴールがはっきりすると、片づけが中途半端なままになるのを避ける事ができます。

食品の整理と収納



食品の整理は賞味期限の確認から始めます。

期限を過ぎていたモノ、このまま使わずに賞味期限が切れると思うモノを手放します。

処分の基準に賞味期限を使うことで、判断に迷いが出ません。捨てる事が苦手な人にもよい練習になります。

よく使う食品は、ケースごとに「レトルト」「乾物」「調味料」「粉類」「麺類」「お茶」「おやつ」「ストック」などに分け、買ってきたらそこに入れていく様にします。

ケースにラベルをつけるなどの工夫をして、適当にどこかに入れてしまうことがないように気をつけます。

食品の定位置が決まることで、在庫管理が行き届き、使い忘れもありません。

調理器具の整理と収納



調理器具とは、鍋、フライパンから電化製品と包丁やお玉などツールも含まれます。

処分の基準にするのは、しばらく使っていないモノです。

「いつか使うかも」と思いますが、調理器具は意外と場所を取ります。空間を優先する考え方をすると処分しやすくなります。

また、よく使っているモノに関しても汚れているモノや壊れているモノなども定期的に見直し、効率のよい衛生的なモノを使う事をおすすめしています。

よく使う鍋やフライパン、ツールなどは、「仕舞う」以外にも「出しておく」形もありますが、その場合は出しておくモノとその数、出しておく場所が決まっていると、キッチンがすっきり見えます。