

## 片づけを考える

### ○ 片づけの知識はバランスよく持つ

梅雨の季節に入り、雨が続きますね。この季節の代表的な花、紫陽花はひとつひとつの花が集団（花序）になり「額咲き」や「手まり咲き」と言われる形になるのだそうです。

今回は、片づけも色々なことがわかって形になる、という話です。

片づけには、ひとつだけの何かができれば、「すぐに片づけができ、後々も困らない」というものはありません。片づけには、整理や収納、維持管理などに関する色々な考え方ややり方が総合的に必要です。それらが身につけて上手に出来るようになるのです。

例えば、「どんな暮らしがしたいのか」などは最初に考えることです。それを出来るだけ具体的にはっきりとさせます。

次に考えるのは「モノの存在」です。なぜ持ちたいのか、本当のもったいないとは何か、など、モノとの関係に向き合うことで、大切にしたいモノと（自分には）余分なモノの線引きが出来るようになります。

そうすると、モノを処分することをプラスの行為に変えていける考え方が定着し、さらに付随してモノを家に入れる時の基準も持てる様になるのでモノの持ち方にブレが出ません。

モノを使いやすい状態に収納しておくコツややり方などを身につけておくことも片づけ上手の条件になります。動線の長さや動作の数を意識すること、よく使うモノとあまり使わないモノの位置を変えて収納することなどを知っていることも、とても有利です。多くの数のモノを使いやすい位置に置きたいときには、収納用具やグッズの活用がしまいやすさを助けてくれたり、収納スペースを広げてくれたりと大きなメリットがあることも知っておくと片づけの進み具合が違います。

維持管理に関しての技もあります。モノの回転をよくするコツやストックが常に把握出来る工夫、無駄なモノが増えていかない知恵。また、家族への上手な指示出しなどにもコツがあります。

こうして、色々な考えを持てたり、コツなどもわかってくると片づけがどんどん楽になります。これがひとつの考え方に偏ってしまったり、収納の技だけに頼り切ってしまうと危険な無駄のある片づけになってしまいますから気をつけてください。

色々な力が必要だということは、その中には得意な分野の力もあるということです。最初はそこを最大限活かしながら、徐々に他の力もつけていくと無理なく片づけのレベルアップにつながります。頑張りましょう！



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)



### 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



### 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：2020年6月1日（月）No.39  
編集&発行：朱夏らいふ 森 由香  
HP：<http://shuka-life.com>  
E-mail：[info@shukalife.com](mailto:info@shukalife.com)



朱夏らいふ便り (39)



## 生徒さんのちょっといい話



ここではセミナーでの生徒さんからの話を紹介しています。



〈春日部市 Yさん 30代女性〉

「片づけができないことを夫に指摘されて、悩んでいましたが、講習を受けて、ウチはモノが多すぎることに気がきました。少しずつですが、必要ではないモノを入れないことと使わないモノを処分することを始めました。成果が出てきたので嬉しいです」



〈蓮田市 Nさん 40代女性〉

「子ども達が片づけられないことで、イライラすることが多かったのですが、子ども達には、いつも『片づけなさい』だけで、ちゃんと片づけ方を教えてあげたことがありませんでした。これからは、自分でも片づけをしなが、上手く子ども達にも教えてあげたいと思います」

片づけは「出来ない」のではなく、やり方を「知らない」だけの場合が多くあります。「片づけを知る」ことで片づけが楽になり成果が出てきます。お二人が「知る」ことで一歩踏み出したことに拍手です👏

新版 平野レミの

### 作って幸せ・食べて幸せ

料理のレシピ本ですが、エッセイ風に記事になっているページには、キッチンのこだわりや収納の知恵などが紹介されています。レシピを活用しながら片づけのヒントももらえます

著者：平野 レミ 定価：1480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>

### 本の紹介



## 朱夏と日和

～ひとりごと片づけ日記～



何の知識も考えもない頃に買って、使っていた収納用品やグッズなどが不要になってくるのは、片づけが上手くなっている証拠(^^)v

そのことは、嬉しいことだけど、これらの次の使い道に悩むこともしばしば。壊れていないので、できれば他の場所で使いたい...

でも、要らないモノが大物になる程、最初の目的以外の場所で上手く活用できることがほとんどない、ことも何度も経験しているからわかる。となると、使うあてのないモノを取っておくスペースを考えると処分がベストな選択。

こんな時、今までは気持ちのどこかで「何でちゃんと考えもせず買ったのだろう...」と自分を責めていたけど、少し前から「偉いよ～昔の私！片づけたくて健気に頑張っていたのね」と自分を持ち上げる術を覚えた(^^)v

そうすることで、処分する時のマイナスのイメージがなくなった。よし！こうなったら、完全にプラスのイメージになるまでひたすら過去の自分を褒めてアゲアゲしてしまうのもひとつの手だ。

モノを処分する時に、過去の自分の未熟さに引きずられないで前に進むには「自分を大肯定」も必要だと思う。ホント、自分アゲOKの単純な性格で、我ながら助かっている(またしてもアゲアゲか〜い！)

## 整理収納 Q & A

・Q モノにそれぞれの定位置を決めようと思いますが、そのモノの一番いい定位置がどこなのかがよくわかりません。

・A モノに定位置を決める時には、まず、そのモノを使う場所を基準にします。スペースや衛生面などからその場所に置けない場合も出来るだけそこから近い場所に決めます。次に取り出す手間や使う回数を考えてその場所の中で位置を決めていきます。

定位置は始めから、ピタッと決まらない場合もありますが、仮で構わないので、とにかく定位置を決めて試してみることです。不便なら見直せばいいのです。最初は、どこに定位置を決めたかが、わからなくなるといけないので簡単なラベリングをしておきます。モノが戻る場所を明確にしておくことが大事です。



## 収納のコツ

「モノは、使う場所に収納する」が基本の考え方ですが、収納場所のスペースと持つストック数が合わない場合などは、モノ全てを使う場所に収納しきれないことも起こります。

その様な時は、各箇所で置く数を決めて、何箇所かに分けて収納します。例えば、トイレトーパーなら、ペーパーホルダー→トイレの吊り戸棚→納戸など何カ所かに分散します。

各場所で足りなくなった時には、必ず、収納順とは逆に納戸→戸棚→ペーパーホルダーの順番で補充するようにすると残量の把握がきちんとできます。



### グッズの紹介

(収納のコツ写真のグッズ)



(吊り戸棚左トイレトーパー入れ)

無印良品ファイルボックス (ハーフ)

15×32×12cm 490円(税込)



(納戸左奥トイレトーパーのケース)

ニトリインボックス (レギュラー)

38.9×26.6×23.6cm 490円(税込)

納戸収納の水の下、トイレトーパーやティッシュの下などにはキャスターを置いて(付けて)、出し入れしやすくしてあります

←鉢植えの台(ダイソー) 200円税別

インボックスキャスター(ニトリ) 304円税込→

## 「7割収納が目標」ってどういうこと?

収納スペースに隙間なくモノを収納した状態を10割とした場合にその70%程度のモノの数を収納した状態が「7割収納」です。この収納率の状態を目標にすることを言います。

収納力を抑えておくことにより

- ・出しやすい(しまいやすい)
- ・収納してあるモノが見やすい
- ・予定外や臨時に入ってきたモノの一時置き場になるなどの利点があります

引き出し、冷蔵庫、食器棚、クローゼット、パントリーなど全ての収納空間で「7割収納が目標」の対象になります。

### ○講座のご案内

～コープカルチャー～

＜ポイントを学んで楽々お片づけ＞

毎月第2木曜日 10:30～12:00 コーププラザ富士見

＜片づけのポイント！＞

6/22(月) 6/29(月) 全日 10:20～11:40

7/7(火) 7/15(火) 宮代町立進修館

～春日部市生涯学習市民塾(前期)～

＜モノの減らし方～本当の「もったいない」を知ろう～＞

第1回 8/5(水) 全日 9:30～11:30

第2回 8/19(水) 春日部市中央公民館

第3回 8/26(水)

詳細は、広報かすかべ7月号をご覧ください



お知らせ