



片づけを考える

〇モノに対する考え方の刷り込み

梅雨の季節の到来です。

この時期、傘は手放せませんが、買う時にこだわりがありますか？

私の母のこだわりは「雨の日は、傘だけでも明るく」です。なので実家にある傘は、色も柄も明るく華やかな傘ばかりです。

実家暮らしの頃は、その母のこだわり傘がたくさんありましたので、それらを疑問もなく使っていました。

後に、シックな色合いの傘が欲しくなり自分で傘を買う様にもなりましたが、そんな時にでも、心のどこかで「明るくない色でもいいのかな？」と思ったりします。



傘に限らずでしょうけど、片づけに関することでも親御さんがこだわりや習慣を持っているとそれがいつの間にか自分の中に刷り込まれてしまっていることが多くあります。

モノの持ち方もそのひとつです。

「足りないかもしれないから、常に余分に買っておく」

「使うかもしれないから捨てないで取っておく」

「大事なモノはもったいないから使わない」

「新品を捨てると罰が当たる」

「お得だからとりあえず買っておく」などもそうですね。



片づけが上手く進まない場合、無意識に刷り込まれたものが邪魔をしている場合もあります。

その様な時は、何が壁となっているのか、ちょっと考えてみてください。原因らしきものが見えてきたら、そのこだわりが今の時代にあっていいのかを照らし合せるといいですよ。

今は、世の中のモノの数や質、人との関係もすごい勢いで変わり続けてきています。親御さん世代の社会背景のままのモノに対する考え方の中だけにいると、モノの多さに振り回されて労力を使っているにも関わらず、片づけが進まないのです。

長年刷り込まれていたものをスパッと変えるのも最初は負担に感じるでしょうから、まずは、3回に1回くらいの割合でもいいので今まで無意識にしていたことを違う考え方で試してみてください。それでもかなりの効果を実感できると思います。

そこが望んでいる暮らしを始める転機になる人もたくさんいます。ぜひ、トライしてみてくださいね。

さて、皆さん、傘は何本お持ちですか？傘の保有本数と片づけ力には意外な関係があるのです。

新しいご自分の考えで整理してみたいはいかがでしょうか。



朱夏らいつ

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

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

整理収納全般の内容でお受けします。

ご予算等お気軽にご相談ください



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

〈朱夏らいつ〉

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【朱夏らいつ】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

朱夏らいつからの片づけ情報をご自身の片づけにご活用ください



ameblo.jp/shukalife/



友だち追加

検索 ID@380 hsyer



Instagram

shuka_life08

発行日：2024年6月1日（土）No.54

編集&発行：朱夏らいつ 森 由香

E-mail：info@shuka-life.com

H P：<https://shuka-life.com>



2024年6月発行 第54号



朱夏らいつ便り (54)



生徒さんのちょっとした話



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。



〈さいたま市 Kさん 60代女性〉

「(片づけを)やろうと思っているのですが、いつも時間が過ぎてやれずにいましたが、『期間を決めておく』を教わり、毎週、今週中にやることを決めてみしたら、できることもあり、嬉しくなりました」



〈杉戸町 Jさん 50代女性〉

「家族にほめてもらえない片づけは孤独でやりがいありませんでしたが、『片づけ仲間』の話を聞いて姉とお互いに片づけを報告する様になりました。ほめ合い励まし合いながら片づけが進んでいます」

工夫して、片づけのレベルアップできたおふたりに拍手です👏

くらしの文藝：片づけたい

本の紹介

昭和から令和の作家を中心とする32人の暮らしのエッセイや日記が当時のままの原稿で載っています。

片づけ方そのものよりも、それぞれの暮らしへ思いが書かれている感じの本です。

『捨てる旅』『お片づけロボット』など、片づけを超えて面白い話に引き込まれてしまいます。

キーワードの「片づけ」からちょっと離れて楽しめる内容です。

河出書房新社 定価：1,600円 (税別)



朱夏っと日和

～ひとりごと片づけ日記～



「夕飯時にアルコールがないと暴れちゃう」ってことはないけど、ちょっと飲みたいな、と思う日もある。

基本、平日はノーアルコール day。買い貯めはしない。あるのを見れば飲みたくなってしまふから。(意思、弱っ)

なので、平日に飲みたくなった時は、1本だけ買うことにしている。

その日も、平日の「ちょっと飲みたい日」だったので、定番の缶酎ハイでも買おうかとリカー売り場に行くと『mottinai』の文字が飛び込んで来た。仕事柄、「モッタイナイ」にはすぐ反応してしまう。

売り場に並んでいたのは、梨を使ったお酒である。

『日本各地の美味しいのに訳あって捨てられてしまう予定の果物を搾ってつくった、果実のフードロス削減につながる特別な氷結です』だそうです。買って飲んでみるとなかなか美味しい

フードロス削減には出来るだけ協力しなくちゃね。この大義名分があるから、平日のお酒飲みも大手振って許されるしね。←多分違うけど

「いいわ、いいわ」で調子づいて、飲んでいたら、当然のことながら、勢いつけて体重が増えている感じ！恐ろしくて体重計に乗る勇気がない。

こうなってくると、果物にとっては mottinai であるけど、私にとってはモッタイナイは何だろう。日々のお酒代も嵩んでいるし。

そう言いながらも、習慣づいてしまった晩酌は止まらない。

飲みながらも mottinai の真相を突き詰める。けど、酔った頭に答えは出ない…。もう一本開けちゃおかな。(ただ今体重絶賛増量中)



整理収納 Q & A

- Q 物置き部屋を作って、とりあえず使わないモノを何でも入れていたら、部屋がいっぱいになってしまいました。
- A 使わなくなったモノは、物置き部屋に入れる前に、これから先に使う機会があるか、考えてみるというかと思います。明らかにもう使わないと思っているモノは、部屋に入れないことです。一度入ってしまうと、要らないモノでもその部屋に落ち着いてしまいます。取っておきたいモノを入れる時も部屋の奥からどんどん入れてしまうのではなく、ざっくりでも種類別に置き場を決めておきます。また、ドアから窓に向かって歩ける幅の一本道をつけておくと、奥まで入れて格段にモノが探しやすくなるのでオススメです。

収納のコツ

仕切る目的は、大きな空間を小さくすることでモノの管理をしやすくするためです。

納戸のような、丸々ひと部屋分の空間ならば、棚を設置したり、ラック、収納用品などを入れて、大きな空間の中に小さな空間を作っていきます。

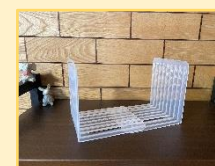
引き出しなども同様で、大きな枠を仕切って小さなくりを作っていくと、モノがごちゃ混ぜにならずに、モノの存在を確認しやすくなります。

仕切りとして使うモノは入れる場所の内寸に近いモノが望ましいです。サイズを調整出来るモノを選ぶ様にすると、モノの選択枝も増え、微妙なサイズ間違いも防げます。

ただし、調整できるモノは、アジャスター部分が厚みを増すので、ぴたっと収めたい場所には注意が必要です。

収納を助けるグッズはメリット、デメリットを知り、自分の性格も加味し優先順位を決めて選ぶことがポイントです。

長さ(スライド) 幅(スライド) 高さ(折り込)



引き出しのサイズに調整して使えます(100均でも探せます)

講座のご案内

○資格認定講座 <整理収納アドバイザー2級認定講座>

9:30～16:30 春日部市民文化会館他

ご希望日で開催しています(オンライン講座もできます)

○コープカルチャー <片づけ講座>

毎月第2木曜日 10:30～12:00 コープカルチャー富士見

○学び舎講座 <片づけ上手になりましょ>

7/2 13:05～13:55 無印良品東武動物園駅前店

6月は休みです

○生涯学習講座 <親子で一緒に片づけを覚えてみよう>

白岡市中央公民館前期講座

7/23 7/30 8/6 8/20 白岡市中央公民館

○オンライン片づけ(zoom)

6/4 7/13 10:00～10:30

※詳細、その他の講座は朱夏ら心のHPをご覧ください



「取り出しやすい収納」ってどういうこと？

「取り出しやすい収納」とは、手間をかけずに定位置からモノを取り出せる状態に納めてあることです。

手間がかからないとは、そのモノを取り出すための動作の数が少ないことを指します。

実際は、モノが必要な時は多少動作数が多くても取り出すことができます。ですが、使い終わった時、そのモノをしまうためには、取り出した時の動作数と同じ数の動作をしなければならず、この面倒くさがさ、モノの出し放しにつながります。

「出しやすい」が「しまいやすい」につながっているのです。

収納場所で背伸びをしたり、かがんだりするのも動作数のひとつですので、気にかけてみてください。

