

今年の私の思い③

〇使ったら「戻す」習慣を身につけましょう！



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1級
- 整理収納認定講座講師
- ルームスタイリスト1級

日一日と春の訪れを感じる毎日です。冬の間、春になったら始めてみようかな、と思っていた事がありますか。新しい事を始めるのには、ちょっとしたエネルギーがいりますけど、最初だけ少し頑張ってみるとその生活に慣れてきて上手く力加減ができ長続きます。

習慣にするという事ですね。習慣にすると言う事は、いつもそうする事を自分の決まりにする事です。例えば、整理収納に関していえば、一日一箇所片付ける、とか、モノを買う時に、本当に要るかな、といつも考えることを習慣づける事もいいですね。ですが、整理収納に於いて、一番身につけたい習慣は、使ったら「戻す」習慣です。

一般的には、整理収納は、①「モノを減らす」→②「収納場所を決める」→③「状態を維持する」の順序で整理収納を進めていきますが、日頃の暮らしの中で、モノの要・不要を判断しながらの処分から始めるのは、億劫です。

むしろ、よく使うモノを無意識に出しっぱなしにしない「③状態を維持する」から考える始めると実行しやすいです。

「よく使う」という事は、必要なモノです。必要なモノには、「②収納場所を決める」。ひとつひとつに住所を与えます。

使用頻度が高いのですから、出し易くしまし易い場所が定位置になるように考えます。

ところが、その場所にモノをいれる余裕がない事がほとんどです。。そこで初めて、そのエリアで出し易くしまし易いという貴重な場所に相応しくないモノの存在が浮き上がります。

これを移動や処分の対象にしていけば「①モノを減らす」事ができます。晴れて、よく使う大切なモノのベストな定位置が決まるのです。

そして、この定位置に戻す習慣ができると、モノが出しっぱなしの家とは格段の違いが出ます。

新しいモノが入る時にも常に定位置を決めなければなりません。そこまでしても必要なモノなのかをも考えるきっかけになり、むやみにモノが増えるのを防げます。

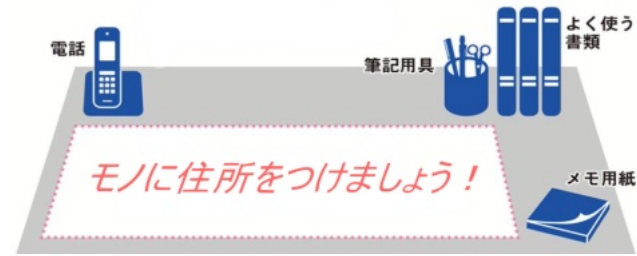
また、もう一つ大切なのは、少しでも早く戻す事です。この事が意識できるようになるとさらによい状態が維持できます。

時間のない場合も、せめて一日の終わりには、きちんと戻す事です。

「使ったら戻す」、春から始める事のひとつに加え、習慣にしてみたいかがですか。

モノを大切に捉える意識の始まりになります。

※朱夏らいふ<朱夏>とは・・・
中国の五行説では、青い春の次に来る季節は朱い夏です。人生の朱い夏を頑張っていく意味を込めて名付けました。



整理収納の5つの原則 (鉄則)

1

住む広さから定数を決めよう
目標は8割収納

自分に合った適正量は、収納スペースに入るだけ。モノの種類別の数、使用頻度から考えると決めやすいです。

2

必ず家に帰ろう
使ったら戻すが大原則

使ったらすぐに戻せなくとも、一日の終わりや外出前にちょっと戻す習慣があるといつもスッキリしています。

3

仲間は同じエリアに住んで
そのモノ達はひとまとめに

使うときは、ひとまとめにしてあるセットごと出してきて使います。グループを崩さないことが大切です。

4

活躍するエリアに住もう
動きの無駄は出しっぱなし

使用頻度の高いモノから、中段、下段、上段に収納すると使いやすいです。

5

いつもスタンバイOKなところにしよう
出しやすいはしまし易い

動線の長さ、動作の数を意識して収納場所を決めれば、家族も協力して戻してくれます。



朱夏 (しゆか) 通信 (5)

月刊 朱夏らいふ

発行日：2015年4月1日(水) No. 5
編集&発行：朱夏らいふ 森 由香
制作協力：トータルサポートぶらざ
電話：048-752-5508 FAX：048-752-5508
HP：http://shukalife.com
E-mail：info@shukalife.com



整理収納で人生を変える5つのポイント
→整理・整頓・効果・整美・ルール

講座の風景-⑤

各会場での皆様の講座風景



蓮田市社会教育委員会「学びま専科」

定員30名に対し72名の皆さんにご応募いただきました。蓮田の皆さんの意識の高さに驚きました。ご受講いただいた皆さんありがとうございました。抽選に外れてしまった皆さんにもお会いしたかったです。生涯学習課の矢島様、色々ありがとうございました。



iPad活用術 紙の電子化&クラウド化講座

4つのiPadの活用術のひとつとして整理収納のメリットから紙の電子化とクラウド化をお話しました。皆さんのお話も大いに勉強になりました。



〇Tシャツのたたみ方

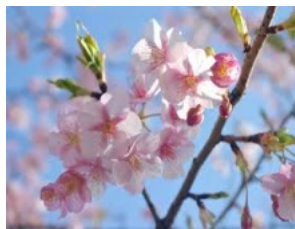
シフォンママ工房の教室でパンを焼いている間 皆さんでTシャツをたたみました。意外と簡単でした。



〇 ROSE LANDの会

今回も、収納からインテリア、SNSの話まで、有意義な時間を過ごしました。

トピックス ～「けむり」が届けてくれるモノ～



桜の花は嫌いです。見ると悲しくなります。それは、桜の花をこよなく愛していた父が、ある年の早春、桜の開花を待たずに逝ってしまったからです。愛した家族と全てのモノを置いて突然、逝ってしまったのです。実は、大方の家で、持ち主を失ったモノ達は、家族の希望で以前と同じ様に決まった場所に置かれ、来る事のない出番を待っています。

先日、亡くなったご主人のモノを捨てなくては...。と、お話ししていた方がいましたが、まだまだ悲しみの中に居るのもよくわかります。このような場合、今は、モノを処分する事で無理に思いを断ち切らなくてもいいのでは、とお話する事もあります。その状態が永遠に続く、心も前を向けませんし、いずれは他の家族に迷惑がかかります。モノは、持ち主がいなくなった時点で、そこでの役目が終わったのかなと思います。でも、故人が愛用していたモノは、簡単に処分出来ません。そこで、少しずつ、「けむり」に帰して故人の元に送ってあげればいいのか、と思う様になりました。あちらの世でも愛用できるように。この春、父の愛用していた帽子をひとつ、「けむり」に託そうと思っています。あちらの世で好きな花見に行く時に必要でしょうから。目の前の帽子を手放しても、桜を眺めれば父を思えます。多分、色々な事が吹っ切れて、私もまた、桜の花が好きになるでしょう。

整理収納用語の意味は？

～使用頻度別収納～

使用頻度を考えて収納場所を決める事を言います。毎日使うモノから、一年に一回程度、使用するモノまでを5段階に分けてみます。使用頻度の高いモノから使い易い場所から収納します。特例として、消火器は毎日使うモノとして扱います。

モノのゆくへ

せ渡れでいが げご構つわり たので元々、完成品で手芸系の習い事はしてないから、さすばも、らしたうかもざのと。で、完成品で手芸系の習い事はしてないから、せか捨、ななくなわたわ講ころが、義理で出席したアクリルたわし編とてり、モノ、るといし毛会、を、思わ、大ヒットの出来上がり。ん悩一あ、モノ立・ど。を、買、つ、て、い、く。でみとえず「要らな、いうつ、句を、言、つ、て、ま、た、



◆あけの喜び

収納グッズの紹介

ミニまな板&クリップ

使いかけの乾物の袋の上の部分 を折り、クリップで100均のまな板に挟んでおきます。残量がよくわかり、まな板を立たせれば収まりも良く、重宝しています。



～整理収納相談Q&A～

- ・Q 部活のユニフォームを本人が「処分して」と言います。私は残しておきたいのですが、親の勝手ですか。
- ・A ご本人は、モノよりももっと大切なモノを手に入れているのでモノ自体に未練はないのでしょう。ですが、お母さんも精一杯サポートしてきたから思い入れもありますよね。それなら、とっておけばいいです。ただし、それは、もうお子さんの大切なモノではありません。お母さんの大切なモノとしてお母さんのスペースで保管する様にしてくださいね。

インテリア ワンポイント情報

～インテリアの初歩のアドバイス⑤～

今回も好きなインテリアスタイルを知る為に「形」からも『好き』を探してみました。 「形」とは、家具、照明の外形や装飾を構成してフォームやラインのことです。例えば、家具の形ひとつでも、シャープな直線や、人工的な曲線のもの、または優美で繊細な曲線やゆったりとした曲線のものそれぞれに好みがありますね。



こうして、形も自分の好みを知り、その上でそれを単独ではなく素材や質感などの好みと組み合わせる事でお気に入りのインテリアテイストが決まってきます。

講習・講演会・イベント予定

4/10 (金) 10:30～	インテリアも学べる整理収納術 (コープカルチャー富士見)
4/16 (木) 10:00～	必ずできる家の片付け方 (コープカルチャー春日部)
4/21 (火) 11:30～	簡単整理収納術 (5いくらいの会)
4/22 (水) 10:30～	親の家を片付けよう (コープカルチャー富士見)
4/25 (土) 時間未定～	キッチン整理収納術 (タカラスタндарт春日部ショールーム)
4/28 (火) 11:00～	ROSE LAND会 (渋谷ヒカリエ)

※上記の予定が変更になる場合がありますので、その都度お問い合わせください。

本の紹介



著者は、1911年生まれの生活評論家であり、木元敦子の母でもあります。暮らしの基本「町田式整理術」は、時代を超えて今もなお健在です。

- ・暮らし上手の整理学
- ・著者：町田貞子
- ・出版社：三笠書房
- ・定価：617円(税込)