

今年の私の思い⑦

○シンプルこそ「モノ」を大切にします！



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

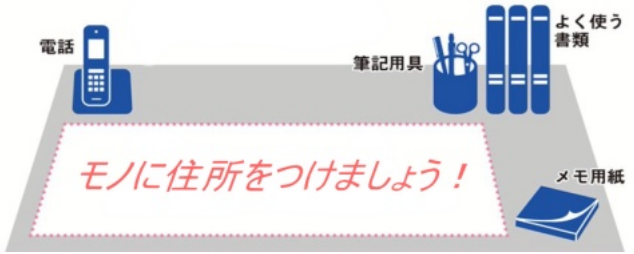
暑かった夏も過ぎ、少しずつ秋の気配がします。暦の上では、処暑の末候、「禾乃登（穀物すなわち実る）」みのりの時期の到来です。皆さま、いかがお過ごしですか。気候もよくなり、さわやかな少し冷たい空気は気持ちがいいものです。この少し冷たい、という状態は、適度な緊張感があり心地良いですね。

暮らし全般も、「少し冷たい（クール）」を取り入れながら暮らしている人はとても魅力的です。この「少しクール」はシンプルというイメージにつながっていると思います。書店に行くと「シンプルに生きる」とか「シンプルライフのススメ」などシンプルという文字が踊っています。世の中の人々が、いかにシンプルにあこがれているかがわかります。

シンプルとは、何でしょうね。それは、自分の価値観で大切なものを決めそれ以外には執着しない事だと思います。色々なものに執着すると複雑になっていき、シンプルからは遠く離れてしまいます。モノの持ち方で言えば、気に入っているひとつを大切にすることです。ひとつを大切にすることはそれ以外には執着を持たないという意味にもなります。例えば、気に入って使っているペンがあるとしたら、そのそばにも何かのイベントで景品にももらったペンもあったりします。「いつも使っているペンの方が断然使いやすい」とわかっていたら、そのペンは家から出すようにする事がひとつを大切にすることです。

最初は、とりあえず使う時もあるかも、と家の中に入れても余程のことがない限りそれが活躍する事はありませぬ。答えはストレートです。大切なひとつがすでにあるからです。本来は、「もったいない」と思っても家に入れる前にこそ執着を捨てて、はじく事ができなければいけません。こうして、大切と思っていないモノに執着するとモノが増えていくのです。さらには、本当に大切にしているモノさえわからなくなってしまいます。なぜ執着してしまうかという、持っていない事を不安に感じさせるようにしている世の中の風潮もあるからでしょう。ですが、ここは敢えて、「持っていれば安心」にはならない事を知り賢い消費者になるべきです。これは、生き方にも通じているかと思えます。何でも多くを望むのではなく、自分にとって大切なものを知りそれを大事に思いながら暮らしていく。その様に暮らしている人が素敵にみえるのは、あれもこれもと思うガツガツした感じが全くないからなのでしょう。でも、あまりにストイックになってしまうと、暮らしに彩りがなくなってしまいます。「ちょっとクール」ぐらいがちょうどいいと思います。クール度は、「ちょっと」でも結果的には、今よりずっと暮らしやすくなっていくはずですよ。

※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
て行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、一日の終わりに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
動きの無駄は出さず
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
出しやすいはしまいやすい
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。

発行日：2015年9月1日（火）No. 9
（8月・9月合併号）
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：048-876-8438 FAX：048-746-2410
HP：http://shukalife.com
E-mail：info@shukalife.com



月刊 朱夏らいふ

朱夏（しゆか）通信（9）

講座の風景-⑨

各会場での皆様の講座風景



○春日部市生涯学習企画学習会

「古いモノを電子化して、残して捨てよう全2回」定員を超えるご応募をいただき、皆さんの電子化への関心の高さを感じました。

○整理収納セミナー in タカラス タンダード

「ショールームで整理収納を学ぼう」当日は、タカラさんからホーローの話も聞けて勉強になりました。



○テクノプラザかつしか 起業セミナー

「SNSが宣伝以外に意味する事」

30代から60代の女性にプチ起業について話をしました。



○コープみらいカルチャー

「似合う服を知って残すクローゼット整理術①」皆さんで刺激し合いながら楽しみながら学んでいます。



～ 秋の講座が始まります ～

- ・「年末に向けて今からスタート賢い整理収納術 (全3回)」
- ・コープみらいカルチャー
- 春日部教室 10/7、11/4、12/2 10:00～11:30 (水) 048-753-4333
- 富士見教室 10/9、10/30、12/11 10:30～12:00 (金) 049-255-3198
- ・「工夫次第で片付け！家の整理と収納術 (全3回)」
- ラ・ラガーデン
- 春日部カルチャー 10/15、11/19、12/17 10:00～11:30 (木) 048-745-7011
- ・「整理収納アドバイザー2級認定講座」
- 9/26 一日で取れる今話題の認定資格です。
- コミュニティそめや (アーバンパークライン南桜井徒歩2分)
- 10:00～17:00 受講料 23,100円 朱夏らいふのHPからお申込み下さい

トピックス ～ 何でも7割がちょうどいい ～



食べ物が美味しい秋がやってきます。お店でも、あれもこれも目につくつい買ってしまいますし、そんな時期は他からも色々美味しいいただきモノがあります。とても、一日二日で食べきれません。となると、頼りになるのが冷蔵庫ですね。考えてみれば、冷蔵庫がカラカラの季節はないのです。何だかんだで一年を通じて頼りにされています。そんな冷蔵庫ですが、今や、満杯に入れられないようにする事は常識ですが、なぜ、余裕を持たせる事が必要なのかご存知でしょうか？

もちろん、中が見やすい、庫内に冷気が回るなどありますが、それとともに臨時のモノを受け入れる為にスペースが必要だからなのです。例えば、冷蔵庫の中をキッチンと整理収納してあっても、一分の隙もなかったら臨時のモノが入る場所がありません。となると、一旦何かを動かさなければなりません。あちこち動かしているうちに、理想の収納の形が崩れ始めます。臨時のモノがいつ出ていってかわからない状態で何日か過ぎる頃には、庫内は乱れ、臨時のモノが出て行ってもリセットするもの面倒になっています。こうしてただ詰め込む事になっていくのです。それを防ぐ為に、余裕のスペースが必要なのです。よく言われているのが8割収納ですが、7割程度が理想です。この考えは冷蔵庫に限らずクローゼットでも引き出しでも、お財布でもそうです。さらには、心もキツキツではない方がいいはず・・・。そして、もちろんお腹もです！「腹8 (できれば7) 分目」で参りましょう。

整理収納用語の意味は？

～ 片付ける ～

何となく「長い時間放ってきた所を大仕事できれいにする」という意味で使っていますが、厳密に分けるとすれば、短時間の使用で乱れた部屋をリセットする様な意味合いです。幼稚園のお帰りの前の「お片づけ」がそうです。今朝あった場所に戻す程度の事です。最初に基本の整理と収納ができていれば、あとは、毎日のちょこっとの片付けだけで、きれいな状態がキープできるのです。

モノのゆくへ

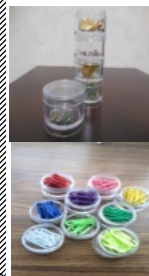


とな家修いしカこいを正つて！初る。出ても売つめがでる！行りりて、も時づく場ッ使話、にが文にジッ替多確な房行がてえ分認ぜ具つないソカさへいが替だきって体かこしか店たがるり！て↑のこえい方ちし！れて、つたたい事ブをの買修い正物テっ！付し今！がっ！たてにわいブでのに詰替いえ出用

◆悪いのは誰？

収納グッズの紹介

～ 小物ケース～



元々はクリームなどを入れるケースですが、アクセサリや文具、薬入れにも使えます。中身が見えるのと急いでいる時はケースごと持ち出せるので便利です。3段から5段重なります。大抵の100円ショップのコスモコーナーにあります。

わたしの台所のつくり方



本の紹介

この本を読んでいるとおしゃれな「キッチン」ではなく使い慣れた「台所」の魅力が伝わってきます。良いモノを長く使う、という賢い暮らしの哲学が台所のあちこちに見え隠れしています。

わたしの台所のつくり方
・著者：石黒 智子
・出版社：暮らしの手帖社
・定価：1300円 (税別)

～ 整理収納相談Q&A～

- ・Q リビングは毎日片付けているのになぜか雑然とした感じがします。
- ・A そういった場合は、色を意識してみてください。特にリビングなど家族の公的スペースに多色使いをしていると落ち着いた雰囲気が出ません。同系色を3色、または、同系色2色+少しの反対色1色でまとめると雑然とした感じがありません。さらに、面も揃えると素敵になりそうです。

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⑨ ～



今回のインテリアスタイルは、「カントリースタイル」です。大雑把に「カントリー調」と言ってしまうのですが、プリティッシュ系、フランス系、初期や各地のアメリカ系などがあります。どのタイプも、自然の中の素材な家のイメージです。インテリアの素材は、木本来の温かみを活かした木、古材、土、レンガなどで、ファブリックは、木綿、麻など手作り感があるものです。質感は自然を活かした感じ、均一ではない感じを大切にしています。

色も時間と共に褪せてきた色合い、また、その土地の回りにある様な自然の色が好まれます。形もタイプにより、骨太なラインやゆったりとした曲線が使われます。「カントリースタイル」は、ゆっくり流れていく時間を楽しむ生活スタイルにあっていきます。

講習・講演会・イベント予定

9/4 (金) 10:00～	ゆっくり始める家の片付け (コープみらい東北ブロック)
9/8 (火) 11:00～	豊かな暮らしを考える (ROSE LANDの会)
9/10 (木) 10:00～	捨てられない人の整理術 (幸松公民館)
9/12 (土) 11:00～	整理術プチセミナー (シフォンママ工房)
9/26 (土) 10:00～	整理収納アドバイザー2級認定講座
9/30 (水) 14:00～	整理収納セミナー (らいくらいふの会)
10/2 (金) 10:30～	今から始める年末の片付け (コープみらいカルチャー富士見)
10/7 (水) 10:00～	今から始める年末の片付け (コープみらいカルチャー春日部)
10/15 (木) 10:00～	工夫次第で片付け家の片付け (春日部カルチャー)

※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。