

早いもので、今年も残り僅かとなりました。  
急に寒くなったので、体調管理には十分気をつけてくださいね。

さて、便利な収納グッズを買っても、またすぐに散らかってしまう。  
そんな経験はありませんか？片付けは、ちょっとしたコツさえつかめば、  
スペースに余力が生まれ、いつもスッキリとしたお部屋になります。



### ●片付けの第一歩は「買わない」こと

まず、今の住まいを見渡してください。本当に必要なものがどのくらいあるでしょうか？  
片付けがうまく出来ない人は、片付けることそのものが苦手なのではないでしょうか。  
家の中には本当に必要なものだけを揃える。そのためには、余分なものを処分すると同時に、これ以上ものを増やさないこと。つまり買わないことです。購入する際には常に「本当に必要？」を考え、ひとつ買ったらひとつ捨てるくらいの気持ちで必要最小限のものだけにします。  
すると片付けるもの自体が少なくなるので、片付けが楽になり、暮らしが快適になります。

### ●空きスペースも「腹八分目」

収納棚や押入れなどは、扉を閉めると目につきにくいことから、何でも詰め込みがちになる場所です。  
前後に並べたり、手前と奥に詰め込んだり。これでは必要な時に必要なものがわかりにくく、同じものをいくつもしまい込むようなこととなります。扉やふすまを開けたときに、一目でものが見渡せる範囲でしまいましょう。  
軽いものやよく使うものは上の方に、重いものはキャスター付きのケースなどに入れ整理しておくとし入れが楽になります。

### ●使うものは使う場所のそばに

毎日使うもの、また出掛けるときに必ず持っていくものなどは、使う場所に置いておいたほうが便利でスッキリする場合があります。目安は「数歩で手の届くところ」に。使ったらすぐに戻せるということも、片付けの大切なポイントです。この場合は可愛いかごやラックなどを使い「見せる収納」にすれば雑然としたイメージがなくなります。

### ●そして、「完璧を求めない」がコツ

片付けが苦手な人は、散らかったものを一気に片付けようとするもの。しかし長い時間をかけてたまったものは、そう簡単には片付きません。まとめて一気に片付けようすると、途中で息切れして「また明日…」と後回しにしてしまい、片づけが続かずに翌日からまた散らかってしまうこともあります。  
まずはできるところからと決め、「就寝前の10分間」など、一日の中に片付けタイムを設けてみましょう。自分のペースに合わせ、週に1時間や、月に1日など時間帯を決めます。そして時間がきたら、まだ残っていても切り上げる。こと。「もう少しやりたい」という気持ちが、片付けを三日坊主で終わらせない秘訣なのです。

#### 【片付け上手になれる5か条】

- ①「とりあえず」、「いつか」、「もしかしたら」という考えを捨てる
- ②「要る物と要らない物」ではなく、「使う物と使わない物」で分ける
- ③使うところに収納場所を作る
- ④収納スペースを増やさない
- ⑤収納にゆとりを持たせる

※5か条の他に、とにかく使い切る事と、「タダ」の物は迷わず捨てるということも大切だそうです。

以上の事を念頭に、今年の年末は、片付け上手になって家族みんなで、大掃除をしてみましょう。  
これから年末にかけて忙しい時期だと思いますが、体調管理には十分気をつけて、良い新年をお迎えください。



TOYAスマイル倶楽部事務局  
今治市玉川町中村甲677-7  
有限会社十弥工務店内  
TEL (0898)36-8182  
FAX(0898)36-8183  
E-mail : toya-info@toya.co.jp