

皆さま、元気でお過ごしでしょうか?暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けします。

今回のテーマは「夏こそ始めどき!シンプルライフ」です。衣服が身軽になり、住まいのファブリックアイテムも薄手のものを中心に夏は、シンプルな暮らしを始めるちょうどいいタイミング。すっきり片付いた住まいで、暑い夏を乗り切りましょう。物を減らし、きれいをキープ!シンプルな暮らしを楽しむためのテクニックをご紹介します。

## 🌸 現状をチェックすることから始めましょう

リビングならテーブルやソファ、床、カウンター等に、出しっ放しにしがちな物はありませんか。持ち物の量にかかわらず、こうした広いスペースをいつも空けておくよう意識するだけで、すっきりとした印象の空間になります。部屋をチェックしながら、どんな空間にしたいか、理想の姿をイメージしていきましょう。

## 🌸 散らかる物&場所にそれぞれ対策を

次に、収納を見直します。出しっ放しになりがちな物には、決まった収納場所を確保します。今使っている収納も、中身と使用頻度を比べ、よく使う物を使いやすい場所に片付けられるようにしてください。文房具などの細かいアイテムは、目立つ場所に置くとごちゃついて見えますので、ふた付きの収納ボックスなどで隠しつつ、使いやすく片付けましょう。

## 🌸 片付けを習慣化して、きれいな状態をキープ

せっかく片付け場所を決めたのに、また散らかってしまうという時は、収納場所が片付けにくかったり、狭かったりしていないかチェック。しまいやすい収納があれば、いつまでもきれいな状態が続きます。

「持ち物にあった収納場所をつくる」という小さなリセットを繰り返し、自分らしいシンプルライフを目指しましょう。



### ◆暮らしメモ◆ シンプルライフ実現のために、持ち物をほどよく整頓する方法を紹介します。

#### ●無理することなく持ち物を整頓するには?

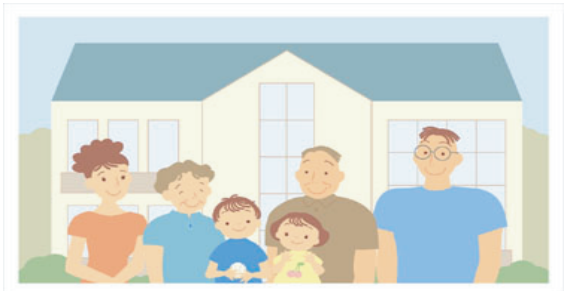
持ち物の量には、個人差がありますが、収納しきれないほど物があふれているなら、暮らしに合った量まで見直すことが必要でしょう。おすすめの整頓は、小さな収納の見直しです。不要な物や使わない物がないかを定期的を確認し、物を減らしたり移動させたりして、使いやすい状態をキープするようにしましょう。

#### ●バランスよく物を減らすには?

中には勢いで物を捨てたり、片付けたりして、後悔した経験がある人もいるのではないのでしょうか。長くつかっていない物、いらないかと思った物でも、まずは一時的に別の場所に片付けてみて、捨てるかどうかの見極め期間を持つというのもひとつの手です。半年間、一度も使わなかったら捨てるなど、ルールを決めて実践してみてください。



一次保存のための箱を作り、少しでも迷ったらまずはここへ。「期限を決めて処分する」「箱は増やさない」など、マイルールを作る事が大切です。



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