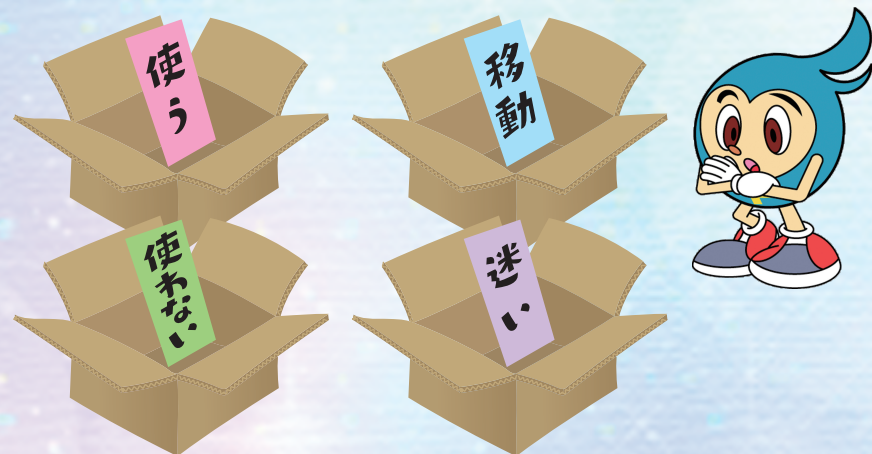


スッキリ生活の第一歩!! 暮らしのシェイプアップ大作戦!!

仕分けのコツは、「減らす」「わける」「収める」の3ステップです。

Step.1 「減らす」

収納場所に押し込めていたものをすべて取り出し、「使う」「使わない」「移動」「迷い」の4つに仕分けします。



移動

『移動』と判断するものは、この場所では使わないものを指します。例えば棚の中からCDが出てきたらCDラックに戻して活用するなど、本来あるべき場所にまとめておくことでスッキリ収納します。

迷い

『迷い』と判断するものは、使うかどうか判断に迷うものを指します。これらは「迷いの箱」を作って1か月保管し、そこで再度仕分けします。そうすることで本当に必要かどうかが見えてきます。

使わない

『使わない』と判断したものは、4つに仕分けして処分します。



上手な

捨てるか、完全収納か!?

整理 整頓
断捨 離法

モノが多くてなかなか片付かない
キッチンや押し入れの整理整頓は大変。
そこで必要なものがきちんとみえる仕分けのコツを教えます。
基本をマスターできればどんなお片付けも楽ちん♪
さあ、一緒に取り組みましょう。

今日からチャレンジ!



Step.2

「わける」

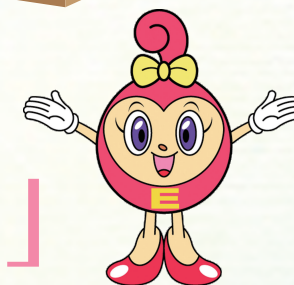
「使う」と判断したものを使用頻度別に仕分けします。



Step.3

「収める」

普段使いのモノは取り出しやすく、しまいやすい
床から30cm~170cmのところに収めましょう。



「たまに」収納

170cm以上の場所には物を入れないようにするか年に数度使う軽いものを収める。

「よく使う」収納

30~170cmぐらいの目が届く場所には頻繁に使うものを収めて、こまめに整頓をする。

「まあまあ使う」収納

30cm以下の場所には、時々取り出す重いものや、本などを収納する。



Point

押し入れやクローゼットのような大きな収納スペースは奥行に合わせてモノを押し込むと取り出すことができなくなります。またキッチンの吊戸棚や天袋、床下収納など目や手に届かない場所そのまま「死蔵」になりがち。広い収納スペースは収めっぱなしにならないように、中をきちんと仕分けするか、あるいは取り出しやすいように可動式収納にしましょう。