

# 整理収納法・& 春の適用術

年度替わりの春は整理整頓におすすめのシーズン！家の中のモノを整理して、気持ちよく新しい季節、新しい一年に臨みましょう！



整理とは何か

- ① 使っているモノをそろえ整えること。
- ② 不必要なモノを取り除くこと。

● 整理とは？  
整理整頓とは…

整理収納の違い

- 整理整頓とは…
- 乱雑に汚れている所をキレイに片付け、モノを現状の収納に収めて、見た目にスッキリすること。
- 整理収納とは…
- 本当に必要なモノだけを持ち、そのモノをいかに使いやすく収納し、それを生かし続けるか。常に無駄の少ない機能的な暮らし方を考えながら片付けること。

自分のライフスタイルを知る  
スタイルを知る

左のライフスタイルチェックシートを使って自分ほどのタイプ判別できます。

チェックシートを使つて、自分がどのタイプ判別できます。

● 整理収納とは…  
本当に必要なモノだけを持ち、そのモノをいかに使いやすく収納し、それを生かし続けるか。常に無駄の少ない機能的な暮らし方を考えながら片付けること。

● 整理整頓とは…

乱雑に汚れている所をキレイに片付け、モノを現状の収納に収めて、見た目にスッキリすること。



次に、暮らしでお部屋のテーマを決めます。今の暮らしでモノとの付き合い方を知ることは、自分自身を見直すことに通じます。

日常をアメーバブログにて毎日更新中です。時折整理収納についてもふれておりますので、覗いてみてくださいね。<http://ameblo.jp/runtakuyu/>

自分が続けられる整理収納法を見極めましょう!!

快適生活 アメニティR代表  
整理収納コンサルタント  
梶岡 ルミ子

愛媛県西条市出身 松山市在住  
● 整理収納アドバイザー1級

結果は2面に

**お家スッキリ空間**

片付かない理由を  
つきとめましょう！

1面より

# 快適空間

## 分類内合計点

- 0点 使うモノが使うだけ、モノが生きている良い状態でしょう。
- 1・2点 ライフスタイルは変化するものなので、時々見直してみましょう。
- 3点 収納スペースは無限では無いことを念頭に置いておきましょう。

## 全ての分類の合計点による タイプ別アドバイス

**A 3点以下**  
**B 4以上7点以下**  
**C 8以上11点以下**

整理のレベルが高いですね。その調子でご自分のライフスタイルを維持するために、定期的に整理の見直しをするようにしましょう。

**D 12以上15点以下**  
**E 16点以上**

今一度、自分とモノとの付き合い方を考え直してみましょう。何故それを持っていらっしゃるのですか？（笑）



## ゆとりを生み出す 整理収納 5つの基本

● 適正量をきちんと  
知ればモノは増えない

● 使用頻度別収納で  
圧倒的に使いやすくなる

●

①毎日使うモノ②  
③週1程度使うモノ  
④月1使うモノ⑤年  
⑥1年で1回使うモノ  
⑦1年で1回も使わないモノ

●

2・3日に一度使うモノ

●

④月1使うモノ⑤年

●

1年で1回使うモノ⑥1年で  
1回も使わないモノ

●

複数のモノで一つの  
仕事をしてくれるモノ

●

人への行動動線上、  
またその近くに適度  
な高さの家具がある  
と、何でもかんでも置  
いてしまうので注意す  
ること。

●

行動動線とモノを  
置く高さを意識すれば  
散らかりにくくなる

●

複数のモノで一つの  
仕事をしてくれるモノ

●

グルーピングで  
無駄な行動をなくす

●

定位置管理で  
探し物の必要なし

●

モノの定位置を決  
め、そのモノに関わる  
人が定位置を知って  
おくこと。

まずは…  
こんなことから  
始めてみよう

こんなことから始めてみよう



ちょっとしたコツで

今日からあなたも



# 収納美人！

アメニティR

## ライフスタイルチェックシート

あてはまる事項をチェックしてください。

持ち物分類	チェック項目	✓	点	合計
食のこと	食料品がお買い得だとつい買ってしまう		1	
	いつ買ったか、使ったか分からない食料品がある		1	
	便利な調理器具がすぐ欲しくなる		1	
家のこと	衛生用品がお買い得だと必要以上に買っておく		1	
	いつも部屋がちらかっている		1	
	しまいきれないモノがある		1	
服のこと	3年以上着ていない服・靴がある		1	
	衝動買いをしてしまう・勧められて買ってしまう		1	
	しまいきれないモノがある		1	
趣味のこと	いろんなことに興味があるが、飽きやすい		1	
	使っていない健康器具がある		1	
	何かを作ることが好きである		1	
情報のこと	毎月買っている雑誌が2冊以上ある		1	
	新刊が出るとすぐ買ってしまう		1	
	ゲーム、CD、DVDのソフトがたくさんある		1	
仕うこと	仕事着は自前である		1	
	自宅で仕事をすることがよくある		1	
	書類などが整理されていない		1	
(合計点)	(タイプ)	(合計点)	(タイプ)	
3点以下	A	12点以上15点以下	D	
4点以上7点以下	B	16点以上	E	
8点以上11点以下	C			

**アメニティR**  
快適空間