片付け力を磨こう

いる？いらない？判断力を磨く
空間活用力を磨く
不要なもの処分力を磨く

≪片付いていないって･･･？≫

部屋が片づいていないと感じるのはどんな時？
その時の気持ちは？
部屋の掃除はあまり苦にならない？わりと簡単に出来る？
⇒　あまり考える必要がなく、すぐに取り掛かれるから

しかし、部屋の片付けとなるとなかなか取り掛かれない?…
⇒　脳がいろいろ考えるから
1　散らかったところを見て識別・分類する
2　分類したものをどこにしまうかを判断する
3　しまう場所が決まらなければ新たに収納場所を考える
こうして考えた結果、なかなか答えを見出すことができないと、考えることを諦めてしまう。
⇒　結果片づかない！

≪片付けの秘訣って･･･？≫

片付けはその人それぞれのライフスタイルによって、また部屋の状況に応じて条件が全く違ってきます。なので、「これ！」といえる万能な方法はありません。
しかし、脳があまり考えないで済むような状況を作ってやると、片付けをスムーズに行うことができます。そのためのポイントとなるのが次の５つです

１、モノを捨てる　・・・これが最初のポイント！迷わず捨てる勇気を持つ！
２、時間を掛けない　・・・つい思い出に浸ったり・・・余計なことは考えない！
３、ポジションを決める・・場所と数を決め固定する！そして元の場所へ！
４、ルールを守る　・・・上で決めた３番のルールを守る！
５、期限を決める　・・・一気にしようと思わない！ブロックごとに分けて「○日までにここを片付ける！」と期限を決める

≪収納の黄金比率って･･･？≫

収納には下のような黄金比率というものがあるそうです。

見せない収納　＝　７割

見える収納　　＝　５割

見せる収納　　＝　１割

見せない収納・・・クローゼット、押入れ、引き出しなどの見えないところに収納。
見えない収納であってもぎっしりと詰め込まず、３割の余裕を持って収納する

見える収納　・・・棚やキャビネットなどの見えるところに収納。
ここは見えるところでもあり、5 割ぐらいの余裕をもって収納。

見せる収納　・・・下駄箱の上などあえて人に見せるように確保したスペースのことで、スペースの９割は空間としてか残す。