

### ① 整理収納の実践——衣類の数を見直そう

あなたはスーツを何着持っていますか？ Tシャツは？ パンツは？ 肌着は？

収納のアドバイスのために伺った家に共通する点があります。それは衣類がやたらに多いこと。見ると同じような系統の服を何十着も持っています。冬物ジャンパーを十数着持っていたり、中にはボタンの取れた服や染みの付いた服が丁寧に収められているご家庭も。昔の服が今の若い子に人気だから服は取って置くという話もありました。

でも、そのリスクを考えてください。スペースの問題。そして管理の問題です。染みや虫食いから服を守らなければなりません。(次に流行がくる保証はありません)。

そうして「収納スペースが足りない」という共通の悩み事が起こります。決して収納庫が不足しているわけではないのです。一つのクローゼットに収まらずたんすを買い足し、寝室なのか、たんす置き場なのか分からなくなっている状態こそ異常とは感じませんか。

モノを大事にする精神は素晴らしいものです。でも「大事に」という

### 整理収納アドバイザーからの手紙②

神村さゆり

「暮らし研究所How住まい」主宰  
整理収納アドバイザー一級二級建築士

のは「捨てない」ことではありません。きちんと使ってあげることが「モノを大事にする」ということなのです。

そうやっていつの間にか増えてきた服。でも考えてみてください。本当に使っているのでしょうか。さて最低何枚あればいいのでしょうか。研究では3枚という答えが出ています。これに万一洗濯ができなかった日、異常に汗をかいて服を汚した日などを加味して倍の6枚。さらに思い入れのある服、ストック、特別な日に着用するなどを考慮して倍の12枚とします。この数を基準にして、それぞれの事情に合わせて増減して所有数を決定してください。

では、皆さまのたんすの中の服を数えてください。

私の整理収納の先生はこの点をきっちり守っています。スーツは、月曜日から金曜日までの5着と予備の1着、それと冠婚葬祭用を1着。それだけだそうです。もし1着欲しい服をかうとしたら、手持ちの服1着を処分するという自身の決まり事をつくっています。整理収納の基本である「いらぬモノは捨てる」と言うと、エゴに反すると思われるがちですが、自分が選んだモノを大事にすることは究極のエゴであると言えます。

(毎月第4週掲載)



#### 整理収納プチセミナー(毎月開催)

日時：6月6日(日) 午後2時～午後4時  
場所：宜野湾市(暮らし研究所 How住まい) 料金：2,500円  
※お子様連れ可(500円追加)お茶菓子付き

定員：6名(定員に達し次第締め切り) 講師：神村さゆり  
住所、氏名、電話番号を明記の上、FAX(897-1722)  
またはインターネット<http://www.kurashi-ken.net/>よりお申し込みください。  
次回募集の整理収納アドバイザー2級認定講座は7月19日(月)です。