母の日に捧げる

後編

プロに学ぶ、整理収納の実践

高齢者に優しいキッチンの整理収納

捨てる ゾーニング 明るく作業のしやすいキッチンを取り戻す

子どもたちが巣立ち、単身世帯となったS子さん宅。ライフスタイルは変化したものの、キッチンは旧態依然としてモノに占領されたまま。S子さん自身関節炎を患い、家事をしようにも動きがままなりません。「クライアントはモノが非常に多いのに、整理ができないプロパティ領域の広いタイプ」。整理収納アドバイザーの島袋早苗さんは、モノを減らして整理収納を図ったはずが、後日伺ってみれば食器は元の場所に。"収納のリバウンド"!? そこであらためて収納を分析し、キッチン全体の動線を見直すことに。プランを練り直して、使いやすく、明るいキッチンを実現しました。

モノをグループ分け。食器棚を収納の中心に

領域図に沿って分別した食器を食器棚に収納します。その際、キッチンの間取りを考慮し、S子さんの動作も踏まえて食器棚を収納の中心としました。そして、食器棚の左側には配膳台を置いたので、毎日使う食器は左側の棚に、コップやカップは右側の棚に収めました。ほとんど使うことのない客用の食器やオーブン用の皿は下段へ。

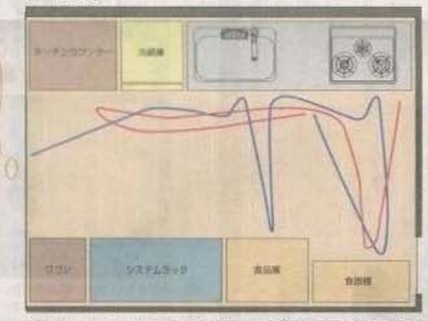
セカンドライフに本当に必要なモノとは

家族の人数分だけあった茶わんや皿、鍋など…。年齢を重ねるほどに使う数はもちろん、使い勝手や、し好も変化していきます。モノは要・不要の区別が明確で、所有目的がはっきりしていれば、おのずと現在の生活パターンに見合う数や形、種類が分かってくるでしょう。**モノを減らすと、わずらわしい掃除や片付けから解放され、人生を楽しむ時間が増えます。**

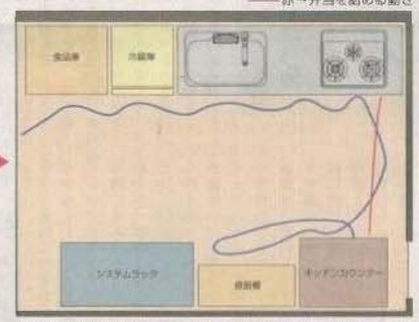
効率的なキッチンの動線で、使いやすく

—— 青→調理の動き
—— 赤→弁当を詰める動き

ゾーニング



S子さんのキッチンでの動きを検証してみると、調理の際に無駄な動線が見られます。朝は朝食と弁当作りがあるため、毎日の作業を考えると労力がかなり大変だったことが分かります。クライアントの身体への負担を軽減するため、歩数を数えて動線を見直しました



キッチンでの作業をゾーニングして、家具を配置しました。それによって、料理を作るときは食品庫や冷蔵庫から材料を取り出して、シンクと作業台で下ごしらえをして、コンロで調理ができるよう整えました

ささやかな幸せ

キッチンの中でも使用頻度の高いレンジと飲み物を1カ所にまとめ、好きなコーヒーを気軽に楽しめるように配置。ここは以前、モノを置きやすく散らかりやすい場所でしたが、クライアントの名前入りのプレートを付けて、意図的にモノを置きづらい場所に。「おうちカフェの気分を味わうことができて、楽しい」と喜ばれました。

S子さんの感想は

目にするたび、ため息をついていたキッチンが、明るく過ごしやすい場所になりました。気分も明るくなって上向きになり、家事に意欲が出てきました。料理だけでなく、お菓子を作ったりして新しいレシピに挑戦していますよ。

ラベリング

配膳台の中身をグループに類別して、引き出しや扉にはすべてラベルを張ります。これで中に入っているモノが一目で分かります

ゾーニング!…7歩から5歩へ。少ない労力で、いくつもの作業をこなす

コンロで調理したあと、振り返ってすぐの配膳台で盛り付けができるように食器台を並べたので、ほとんど動くことなく済みます。以前はお弁当を詰める作業は7歩かかっていましたが、弁当箱と小物を配膳台に収納したので、その場で詰めることができます。
また、3カ所に分散していたごみ箱。ごみ出しがスムーズにできるよう、キッチンの入り口にまとめ、システムラックの下段の高さを調節してごみ箱を配置しました

今回の収納に使用したもの
コルクシート¥1,560
引き出し仕切り¥210
フォトフレーム¥105
ゴミ箱¥1,280
ゴミ箱¥1,580
合計¥4,735

整理収納アドバイザー 島袋早苗さん

ほとんどの人は常に時間に追われて、自分の生活について深く考えるゆとりはないもの。普通に生活ができて、普通に食事ができる、そして家族が仲良く暮らしている幸せがあることを毎日の生活で感じられたら、人生を楽しめるようになることでしょう。整理収納の仕事は、クライアントに幸せの気付きをもたらすこと。そのために、クライアントと一緒に考え悩みながら、一生懸命やり続けたいと思います。

整理収納アドバイザー沖縄コミュニティー所属。NPO法人ハウスキーピング協会認定整理収納アドバイザー1級。
お問い合わせ e-mail smilehousewife@yahoo.co.jp
ブログhttp://ameblo.jp/sanshima/

Befor

壊れた鍋や、やかんが置きっ放しだった水切り棚

After

コンロ回りもすっきりしたので、ヒヌカンも大喜びでしょう。下ごしらえも調理も楽にできます

Befor

大量のモノが積み上げられて掃除ができず、恥ずかしくて人に見せられないとカーテンで仕切ったキッチン

After

モノを分別し適正量を見直して、すっきり。窓の前にカウンターを置くことで、外からの光を取り入れられる明るいキッチンになりました

平成24年度 かふうセミナー開催のお知らせ 入場無料

「プロに学ぶ、整理収納の行き届いた住まい」～家美らさや、肝清らさ～

●第1回:6月30日(土)
「誰でもできる HAPPY収納」講師 神村さゆり氏
(整理収納アドバイザー沖縄コミュニティー会長)

●第2回:7月28日(土)
「一番わかりやすい整理収納」 講師 澤 一良氏
(NPO法人・一般社団法人日本ハウスキーピング協会副理事長)

●第3回:9月15日(土)
「整理収納実践編」
(整理収納アドバイザー沖縄コミュニティー)

いずれも午後2時～午後3時30分、場所=琉球新報本社2階 多目的ホール(那覇市天久) 主催=琉球新報社、(株)正広コーポレーション、協力=整理収納アドバイザー沖縄コミュニティー
(http://seiri.ti-da.net)
※お申し込み方法などの詳細は決まり次第、かふう紙面にてお知らせいたします。

かふう information

かふう information