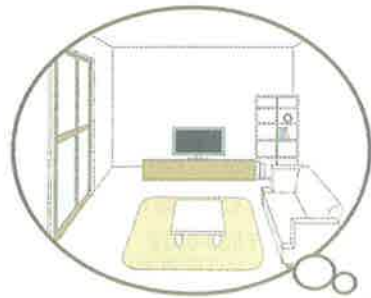




整理・収納で幸せに片付かない原因、その対策

整理・収納とは何でしょうか。整理・収納はなぜ必要なのでしょう。それは幸せになるための条件であり、幸せを呼ぶために必要なのです。宗教家の言葉によつたとされるかもしれません。整理・収納が宗教と異なるのは、抽象的ではない具体的なモノを対象とする点です。



まず快適生活をイメージ

つからない。すると夫の大切なモノをなくし、夫婦喧嘩。子どもに当たり、子どもは外で発散するため他人に迷惑をかける。夫は家に帰りたくなくなり、最悪のケースは離婚。極端な例ですが、整理・収納ができていれば家族は快適に暮らせ、その分だけでも幸せになれます。

以下、片付けられない原因と、どうすれば片付けかを考えてみます。

●もったいない場所代

アンケート結果からみる片付けられない理由第一位は「モノが多い」。片付けが苦手な人は、モノが多過ぎると気付いていません。なのに処分出来ない。なぜでしょうか。捨てるのが面倒くさいという人は論外として、おそらく「もったいない」と思うからでしょう。ここで、もったいないの意味を考えてみます。

高価なモノをもらったが、使わないので包装したままタンスに入れておく。これではモノは活かされていません。モノを大切にしているつもりが、実は抱え込んでいただけになっていきます。保管しているモノにも、置き場所代がかかっていると考えるべきです。

処分できない理由に「使うかもしれない」があります。こういうモノはまず、すぐに使ってみましょう。そうすれば使いたいか使いたくないかが明確になります。使いたくないければ手放すことです。手放すといっても捨てるのではなく、リサイクル

ショップに持ち込んだり、フリママーケットに出したりしてください。誰かが使えばモノは活かされます。誰にも引き取ってもらえないものは、あきらめて処分し、心を痛めて処分してください。心の痛みは買ひ物をするときの教訓になるはず。次に、どうすれば片付ける気になるかを考えます。

●まずは想像

整理・収納で生まれる理想の部屋、快適な生活をイメージするのが有効です。イメージがきたらプランを立て、実行します。あせらず、1日ずつでもかまいません。三日坊主になってもあきらめず、しばらくして再開すればいいのです。

ひとつの良方法は「宣言」すること。家族でも友人でもかまいませんが、部屋を見違えるように片付けると宣言するのです。いつまでにと期限も宣言します。宣言すれば実行するしかないでしょう。

成功すれば幸せな気持ちになるはず。運氣も好転するかもしれません。少なくとも、整理・収納による快適な生活という幸せは手に入るはず。生活習慣は力強いものです。

だから、散らかった部屋で暮らしていても気付かないことがあります。先に挙げた例のような不幸な悪循環となっても、気付かないかもしれません。一度、部屋に座り、ゆっくりと自分の部屋と生活習慣を見つめてみることも大切です。

読者からのお便り

年越しそばセット

滋賀県蒲生郡 鬼頭麻香様

年末には年越しそばセットを当てていただき、ありがとうございました。家族でおいしくいただきました。家族でそろって過ごせることに感謝して、今年も頑張っていこうと思いましたが、当選おめでとうのところにも名前がのるのは嬉しいですね。記念に大切に残しておきます。

原子力発電所のことを

滋賀県甲賀市 堀ノ内一恵様

オール電化をすすめられていますが、環境を考えると、ガスのほうが良いと思います。原子力発電所の怖さをもっと学習すべきだと思います。

す。先日も七草粥を炊き、おいしくいただきました。ガスファンヒーターで

大阪府大阪狭山市 北井有紀様
今年の寒い冬もガスファンヒーターであつたまるよ。
芽が出たら喜び
和歌山県伊都郡 宮脇きよみ様
プランターが増えています。芽が出たら喜び、また、花が咲いたら喜んでいきます。



心温まる童話集

滋賀県彦根市 福江千恵子様

童話集（が当たり）ありがとうございました。小学生たちに読んであげても、短編なので飽きません。心温まる内容なので嬉しく思っています。
たすかっています
和歌山県日高郡 平林道子様
わが家では、大丸エナウインさんにお世話になって数年たちます。親切で助かっています。今年もよろしくお願ひします。

土鍋でご飯

茨城県つくば市 沼津彩子様

わが家ではガスを使って土鍋でご飯を炊いています。きつかけは炊飯器が壊れたこと。新しい炊飯器を買うまでの間と思っていました。ガスで炊いた土鍋のご飯の美味しさに、炊飯器には戻れません。

炊飯用お鍋

滋賀県東近江市 宮尾加代子様

90号のお便りにありましたが、ガスコンロ購入時にいただいた炊飯用お鍋、私も重宝していま

