

忙しくてもゆとりが生まれる 片付けのコツ

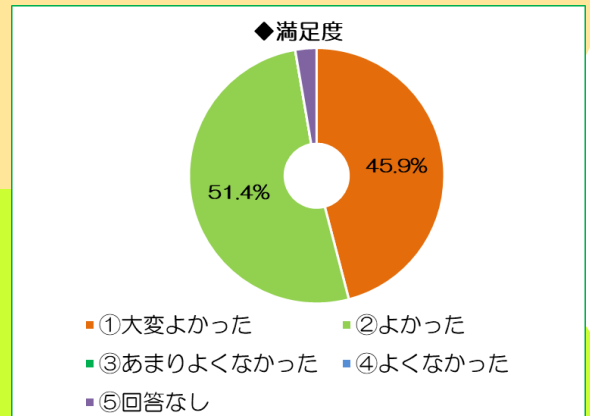
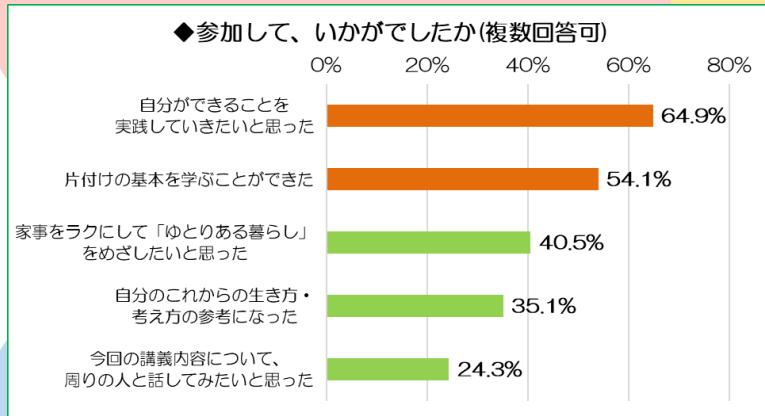
日時：令和3年12月11日

講師：瀧本真奈美さん（整理収納コンサルタント）

ご講義では、物を単に捨てるのではなく日頃よく使うものだけに減らしていくことや、日々こまめに片づけを行いあまり体力をかけずに「できた」という達成感を味わうこと、自分に合う片付け方法を見つけて毎日きれいにできることを保つ重要性などをお話いただきました。家の片付けをすると心が上がるということを根底に、自宅を自分にも家族にも心休まる場所にして毎日の暮らしにゆとりを生むことが大切であるというメッセージをいただきました。



【アンケート結果】



【参加者の感想】

働くことと同じで、片付けは必要なこととまず認識を変えないと何も変わらないし、自分が一歩踏み出すことが大切だと思いました。(40代)

何もない家だけれど使いづらい場所がありました。ステップ2仕切りとまとめが出来ていないことに気付きました。今日は帰って家族みんなが使う文具コーナーを片付けようと思います。瀧本さんの話を聞いて無理なく自分に合った方法で良いのかなと心が落ち着きました。(40代)

苦手な片付け。まずは、必要だから片付けるという考えで3つのステップを踏んでいきたいと思いました。(50代)

暮らしが変われば未来が変わるという理念がすばらしいと思いました。(40代)

全部出す、分類する、使いやすくしまうの3つの基本ステップを小さいところからやってみようとやる気が出ました。捨てにくい服はリサイクルに出そうと思います。片付けをするのは当たり前と思って、理想の暮らしを思い描いて少しずつがんばろうと思います。(40代)

自分ができることを少しずつとりかかろうという気持ちになりました。早速実践しようと思います。これから片付けることを楽しもうと思います。(60代)