

はじめに

みなさんは片付けが好きですか？ 毎日のくらい片付けに時間を使っているでしょうか？

わたしは「片付けが好き」だと思っていました。いつも「見えているところ」はキレイにしている、家に招いた友人からも褒められる部屋でした。しかし見えているところをキレイにするためには、収納スペースにもものを押し込んだり、パズルのように詰め込むことしかできなかったのです。家族の誰もどこに何があるのかわからず、わたしでさえも詰め込んだものがなんなのか、どこにしまったのか全然覚えていなくて、探し物ばかりしていました。探したものが出てこなければ、仕方なくまた同じものを買う始末。そのうち収納スペースからものがあふれてくるので、今度は「片付け」という名の、ものを詰め込む場所探しをしていました。

「わたしについても振り回されている、毎日片付けに時間をとられている」そう気付いたのは、主婦になって12年が過ぎた頃でした。その頃には「片付けが好き」という気持ちもとつくになくなり、ものが多くて落ち着かない家もあまり好きではなくなっていました。

そんなとき、整理収納アドバイザーという資格に出会ったのです。片付けの正しい理論を学び、わたしが実践して得られたことをたくさんの方に伝えたいと、整理収納のアドバイザーやサポートをする仕事を始めました。約

8年間、多くの方に出会ってわかったのは、みなさん過去のわたしなのです。片付けなくちゃ、キレイにしくちゃ、と思っではいるけれど、やり方がわからない。だからとりあえず詰め込んでみたり、時間をかけて片付けてばかりいるのです。

みなさんががんばっています。家族のことを考え、少しでも暮らしやすいようにとがんばってはいるけれど、うまくいかに悩んでいます。それはやり方がちょっと違うのかもしれない。この本はこれまでのサポート経験をもとに、片付けの考え方や手順をわかりやすくご紹介し、誰でも順番にやっていくとできあがるお料理レシピのようにしています。

わたしはこの方法で、片付けを終わらせました。片付けに使っていた皆さんの時間を、今では大切な時間に費やすことができています。「片付けが好き」というより「片付けに時間のかからない部屋が好き」になりました。今となってはもつと子どもたちが小さなうちにやっておけば、自分もラクができ、子どもたちに接する時間を片付けにとられることがなかったのに、という後悔があります。この本を手にとった方には、すぐにも『片付けに時間をとられない暮らしづくり』を始めてほしいと思っています。

STEP4の『片付けに時間をとれない暮らしのつくり方』からは、片付けの実践です。いくら本を読んでも泳げるようにはなれないのと同じで、実際に動かなければ部屋は片付きません。

ただ「読む」だけの本ではなく、成果を書き込みながらがんばる「お片付けノート」としても使ってください。

『片付けに時間をとられない暮らしづくり』を読んで実践すれば、今まで片付けに使っていた時間がゆとりの時間に、お部屋は心地よく変わっていると確信しています。