

# 講座報告

なるほど！これならできる！

## 親子で学ぶ お片づけ講座



日時 令和2年8月29日（土） 10:00分～12時00分

場所 吉敷地域交流センター

講師 天野 貴美栄 氏（整理収納アドバイザー1級）

受講生 親子19組（大人19人 子ども26人）



### <講座内容>

子どもが取り組みやすい学習机や、保護者が困るプリントの具体的な整理収納のステップについての講義を行いました。

片づけの仕組みづくりはそれぞれの家庭で気持ちよく暮らすためのものであり、それは親子がしっかりと会話しながら作っていくことが大切であるとの提言でした。

### 自己紹介

整理収納アドバイザーの資格は3年前に取得、コンサルティングやセミナー講師などを仕事としています。



### 親子でいっしょにちょうどいい片づけについて

みなさんは、「どうして片づける必要があるの？」「出しっぱなしでもいいんじゃないか」、「モノをなくしても買えばいいんじゃないか」と思っていないですか？

片づけないと困ることって何だろう、、、「お母さんにおこられる」ことでしょうか？

どうして片づける必要があるのか考えてみましょう。

### 片づけると起こる3つのいいこと

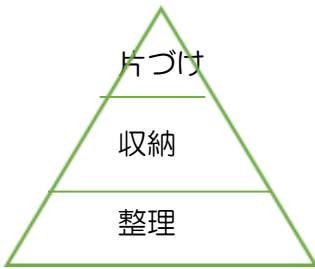
- 1 探し物が減る・・・時間のムダがなくなる 一日10分の探し物時間は1年で2日半くらい！  
→ゲーム、勉強、ぼーっとする時間などに使えます。
- 2 動きやすい・・・なにもない空間はわくわくがいっぱい！
- 3 家族がニコニコするようになる。

探し物をする時間は、「不安な時間」なので減らす方がいいのです！



## 片づけるってどういうこと？

お片づけには理論があり、段階があります。



- ・・・収納場所に戻すこと
- ・・・使いやすい状態をつくること
- ・・・必要か不必要かを判断し区別すること（基礎のこれが一番大事）

片づける→→→「元の位置に戻すこと」です



- \*声をかけるときは ×「片づけて」 ○「もとに戻して」
- \*小さな引き出しからはじめると、場所も時間もいらぬし、成功体験がつめる！

## 学習机編

～引き出しからやってみよう！～

～基本のステップ～

### 初級レベル

- ステップ1 全部出す (忘れていたものの存在に気づくことができる)
- ステップ2 「いる・いない」に分ける (ここまでできれば80パーセントはできている！)
- ステップ3 「いる」をもどす

～ステップアップ

### 中級レベル

- ステップ1 全部出す
- ステップ2 「いる・いない」で分ける
- ステップ3 いるを「種類」でわける …… → やってみよう！
- ステップ4 「しきり」をして戻す

## ワーク



「種類」で分けるをやってみよう！



## ポイント

- \*分け方は自分にとってわかりやすいマイルールで大丈夫です。
- \*低学年であれば、おおまかに3つ（どうぐ、書くもの、書かれるもの）くらいにわけてもよい。
- \*種類にわけたものが混ざらないように仕切りをする。

「種類によってわける作業自体は子どもは苦手なことが多いので、こうして練習してみるといいでしょう。」



## 上級レベル

- ステップ1～3 同上
- ステップ4 使用頻度により分類
- ステップ5 使いやすく収納

## ポイント

- \*あまり使わないもの→奥へ
- \*よく使うもの→分類→手前に
- \*立てる収納がおすすめ

## ワーク 紙袋を使ってオリジナル仕切りを作ってみよう！

- ①紙袋の上半分くらいをはさみで切り落とす。
- ②残った部分を内側に折りこむ。できあがり！



## プリント編 ～ためないコツと整理の仕方～

## ポイント

- \*捨てる …紙は情報、情報は流れていくもの、だから…捨てる！！
- \*すぐ書いて出す …提出物など
- \*一時保管場所を決めて目に付く場所に置く。
- \*その他については定期的に見直し、捨てる。

## 中級レベル

- ステップ1 全部出すために、トレイを用意する
- ステップ2 いるいらないに分ける
- ステップ3 種類で分ける → 大分類 中分類 小分類に分ける



## 書き出してみよう！



家庭は家族みんなが暮らす場所、  
それぞれが気持ちよく暮らせる空間にしておくことは、  
家族がそれぞれを思いやることと同じですね。  
気持ちを書き出し、しっかり話し合ってみてください。



### 《質問コーナー》

親Q こどもが片づけられるようになる年齢の目安は？

A 3～5歳からでもできる、おもちゃを元に戻すことを練習しよう。ただし性別や性格により見極めましょう。

子Q ろうかに洗濯加`を置くのはダメなんですか？

A 私はダメなことだと思っていたけど、子どもにとってはダメではないことがわかりました。だから我が家ではそれでいいこととして自分があゆみよりました。

親A 早速やってみようと思っているけれど、どこから始めたらよいですか？

Q まずはすぐにできそうな、小さな場所。学習机なら引き出し。また、キッチン周りは思い入れの無いものが多く、片づけやすいので取り掛かりにはおすすめです。カトラリーなどから初めてみるのもいいかもしれません。

### 最後に



#### ★講座の様子から

約2時間の間、ペーパーワークを取り入れた講話をしていただきました。

講話では、写真やイラストを使ったプロジェクター投影や実物の見本により、具体的にわかりやすく整理収納の理論やコツを教えていただきました。

親子で会話されながらのワークは楽しい雰囲気の中で行われました。

※新型コロナウイルス感染症対策として、受付にて口頭による体調・体温の確認、手指消毒奨励、空調機による換気、窓の開放を行いました。ご協力ありがとうございました。

### アンケートより

#### ご意見・感想を一部ご紹介

★片づけを今まで母親主体で行っており、母親が決めた片づけ方法を家族に押しつけていたためにみんなの協力が得られないのだと感じた。家族みんな考えていこうと思いました。家が汚いと家族みんなの心の余裕がなくなりケンカが増えたり、子どもをしかることが多く

なり、家がおだやかな場所ではなくなる気がする。生活にゆとりをもつためにも片づけ、整理が大切なのだと学んだ。

★我が子は「片づけができない」と決めつけてこの講座に参加してみました。ワークやお話を通して、我が子はきちんと整理ができることに気づき、親としてそれに合った収納が用意できてないことに気づきました。わが身をふり返り、反省し、親子で一緒にお片づけができるようにしていきたいです。ありがとうございました。

★子どもは片づけができなくて、きっと片づけ方がわからないからなのだろうと思い、親子で学べば少しはやる気に、前向きに取りかかってもらえるのではと思い参加させていただきました。子どもの目線と気持ちに寄り添った「お片づけ」講座で、また親子で片づけについてお互いの気持ちや考えも確認できたよい機会だったと思います。ありがとうございました。

★片づけは前から興味があり、色々と本を読んだり試したりしています。全体的にはよくなってきていたものの、問題は息子3人で…。今回の講座の、「片付いていなくても子どもは困っていない」には目からウロコでした。一人よがりだったかな、と反省です。改めて家族での「ちょうどいい」を見つけていこうと思います。

★大人（親）目線、子ども目線それぞれの意見を紹介してもらったので、子どもがこういう気持ちなのだわかりました。整理収納方法、普段自分なりに考えてやっていたけれど、上手いかず散らかることが多かった。今日教えていただいて家に帰って自信をもって取り組むことができるので、講座を受けて良かったです。今日参加した7歳のお姉ちゃんとその妹の4歳の子にも、これからは、「片づけて」ではなく「元の場所に戻して」「人形さんは人形のお家に帰そうね」などと言ったらいいのだと思いました。

★お片づけ、そうじの習い事をしたいと言うくらい、日頃から部屋のインテリアを変えるのが好きな我が子なのですが、片づけのコツはわからなかったのでとてもためになったようです。また、私自身も学ぶ事で、エリアごと引き出しごと、少しずつ整理してみたいと、良い機会を頂きました。何でもとっておくくせも治るといいです。

★これまで、自分が片づけるのだから自分が一番やりやすい収納をと考えていましたが、一人よがりの収納ではなく、家族の「これならできる」をみつけていきたいと思いました。紙袋の箱作り、すごく良かったです。さっそく紙袋を仕入れて、家族で使いやすい仕切りを作りたいと思います。今日はすごく勉強になり、楽しかったです。ありがとうございました。

★「こどもが、3歩歩くのも、ハンガーにかけるのも面倒くさいので、洗濯カゴの場所をかえる」等の話がとても参考になりました。