



お片付け上手な親子になる！！

～自分でできる仕組みづくり～



日時：令和4年8月5日（金）10：00～12：00
場所：仁保地域交流センター
講師：牧野 久美 氏（整理収納アドバイザー）
受講生：大人16人 子ども22人



整理収納の理論や片付けが必要な理由を考えるワークなど、親子それぞれの視点で片付けに向き合う体験を通して、より良い生活習慣の習得、良好な人間関係づくりを学びました。

▼今日の目当て

「片づく仕組みを学んで、子どもさんも自分で片付けができるようになりましょう！」

①「なぜ散らかってはいけけないのでしょうか？」

ワーク 答えをふせんに書き出し共有しました。

（子ども）

- ・必要なものがすぐにとりだせない
- ・探すのがたいへん
- ・物がじゃまで勉強できない
- ・あそびにくい
- ・ダニやカビがはえる
- ・いいきもちになるため
等

（保護者）

- ・使いたいものがすぐに見つからない
- ・必要なものをすぐにとれるようにするため
- ・ものを無くす
- ・気が散って集中できない
- ・スペースの確保
等



みんなの意見から…『**自分も周りの人も、困らないようにするため**』

片付けは『**思いやり**』 = 一緒に過ごす相手を思いやる気持ち



「周囲の人」へはもちろん、「未来の自分」へも『思いやり』を届けるために片付けるのです！

▼片付けるってどういうこと？

片付ける土台となる、一番大事なものは、「整理」です。
「整理」=いるものといらぬものを分けること



④片付け …出したものをもとの場所にしまうこと！

③整とん …見た目をきれいに整えること！

②収 納 …使いやすく収めること！

①整 理 …いるものといらぬものに分けること！

②どうすればいいの？

片付ければいいことは分かっているけど……

なかなか片づかない　すぐに散らかる
めんどくさい……

雑然と置かれたものの中から、いらぬものを取り除くとスッキリして見えます。

「整理」は、いるもの、いらぬものに分けることであり、物を捨てるだけではありません。本当に不要であれば、捨てるのは構いませんが、その物が必要かどうかは、同じ物でも人により感じ方が違います。

●「よく使っているもの」=いるもの とすると、分けやすい！

次のステップで整理を進めましょう

- 1 一度全部のものを取り出す
- 2 よく使っているものだけを使いやすい場所へもどす



片づく仕組みを作るためのたった1つのルール
「物の住所を決めること」(住所=置き場所)

重要!



物の住所を決めるときの3つのコツ

- ・ 整理をする
- ・ よく使う物は「使いやすい場所」(しまいやすく、取り出しやすいところ)に収める
- ・ あまり使わない物は「使いにくい場所」に収める

重要!

■「使いやすい場所」はどんなところ？

例えば……

↓ココが使いやすい

机の引き出し・・・ **奥 手前**
棚・・・・・・・・・・ **上 真ん中 下**

クローゼットや押し入れなどでは、

- ・ 使う人
- ・ 家の間取り
- ・ 家具の配置
- ・ 普段の動線

などによっても、「使いやすい場所」は変わってきます。

「あまり使わない物が「使いやすい場所」に置かれていないか確認してみましょう。あれば、「使いにくい場所」にしまいましょう。そうすることで、「使いやすい場所」を有効に利用できるようになりますよ！」

▼練習問題！

ワーク

ごちゃごちゃ、ぎゅうぎゅうの食器棚。
整理するとしたら、どうやってしますか？

回答「全部出す」「棚をきれいにそうじ」
「よく使う物を取り出しやすい場所に」



▼場所づくりの例

「特に頻繁に使う物は、指定の特別席（入れる場所＝住所）を作ってください。」
ひとつひとつに入れるものの名前がついていると、戻しやすい！



「ストックなど予備のものなどは、ざっくりとで OK!」



③「でもやっぱりめんどくさい」と思ったら・・・

「なぜ、片付けないといけないのか？」①をもう一度考えよう！

ワーク

発表「今日からできることはなんですか？」
参加者それぞれのご意見を発表しました。

(子ども)

- ・自分がひとりでやってみる
- ・おもちゃ箱のいるものといらないものを分ける
- ・自分の机を整理してみる
等

(保護者)

- ・まずはリビングからはじめてみたい
- ・物の住所を決めます
- ・親が勝手に分けず、子どもと話して決めていく
- ・子どもがお手伝いしやすいように配置換えをしたいです
- ・物の住所を決めます
等

▼質問コーナー

Q 子ども作った作品が溜まってしまう。飾るのも限界があり困っている。

A 写真に残すと省スペースになります。

また、一時的な鑑賞スペースを決めて、新しいものを飾り、残したいかどうかその都度考えてみるなどもどうでしょう。その際、子どもにとって作る過程がメインとなるような学習用製作物、創作過程を楽しむもの、親に見せることで満足したなどにより取捨選択の基準を決めてみるのはどうか。

Q たまにしか使わないものとしてしまい込み、どこにあるかわからなくなりがち。しまうときのコツは？

A たまにしか使わないものについても、定期的に見直し、相談しながら手放そう。

Q 整理するための期間はおすすめがありますか。

A 自分が気づいた時でよい。子どものものは学期ごとだと整理しやすい。また、ものが家に入るのは買うかもらうかなので、あらかじめ家にもが入るタイミングで精査することもおすすめ。

【講座の様子から】

実際の収納グッズやプロジェクターに投影した机や食器棚の写真などをみせていただき、参加者親子それぞれが片づけについて自らの考えを発表、共有し学びを深めました。参加者親子のみなさんは楽しそうに話合っておられました。

※当日の新型コロナウイルス感染症対策として以下を行いました。

- ・受付にて検温・体調の確認・手指消毒の奨励・窓の開放等



アンケートより ご意見・ご感想を一部ご紹介

- ★片づけるためには、まず整理をすることが大事ということを知りませんでした。これからは手順にのっとり片づけようと思います。説明がとても分かりやすく、すんなり頭に入ってきました。
- ★「片づけ=思いやり」にととても共感しました。家族みんなが過ごしやすい家をつくりたいと思います。子どもに片づけさせたかっただけでしたが、私が変わらなきゃと思えました。
- ★大変わかりやすいお話で、お片づけに対する向き合い方が今後変わりそうです。子どもと参加することで、一緒に取り組むのだという気持ちを持てます。「片づけ=思いやり」という言葉を家族みんなでも共有していきたいです。ありがとうございました。
- ★「片づけ=思いやり」という言葉が最初はピンとこなかったが、講座で勉強して、ということがよくわかった。家に帰って早速子どもと一緒にやってみたいと思う。
- ★子どもたちでもわかりやすい講座でした。毎日少しずつ、「いる・いない」を判断して

片づけをしていこうと思いました。家族で過ごしやすい環境作りをしていきたいと思
います。ありがとうございました。

- ★「片づけ=思いやり」という言葉がとても素敵で、家の冷蔵庫（よく目が届くので）に貼
り、片づけしてほしい時は、子どもと一緒にみて、今日の事を思い出してもらって、一
緒に頑張ろうと思います。今日は本当にありがとうございました。
- ★片づけのピラミッドで重要な整理、収納について、子どもと一緒に学べて良かったで
す。親も思いやりをもって、一緒に片づけができればいいと思いました。自宅に帰って
やってみます。今日はありがとうございました。
- ★子どもが、思っていたよりしっかりした答えがでていたので驚きでした。それなりに考
えているようなので、様子を見て、まずは母から取り組んでみようと思います。
- ★まずは片づけをはじめていくのに、よく使う物とそうでない物をわけて、よく使う物を
身近に場所を決めて置くことをやっていきたいと思いました。一ヶ月後に家が整理でき
ていたらいいなと思っています。ありがとうございました。
- ★子どもにもわかりやすく、お片づけのやり方について話して頂けたので、親がガミガミ
言うよりも、ずっと子どもの心に響いたのではないかと思います。自分一人が片づける
のではなくて、家族みんなで整理をしていきたいです。

子どもさんの感想

（1年生）

- ・いるものといらないものをわけて、物の家をつくってかたづけます。
- ・かえったらひきだしをかたづけます。

（2年生）

- ・知らなかったことがあったけど、ここで分かったので良かったです。
- ・今日のじゅぎょうでならったことをかんがえて、おもちゃはこのいるものといらないも
のを分けようと思います。ありがとうございました。
- ・かえったら、せいとんをやってみる。
- ・ためになったし、これから家でがんばってみたい。

（3年生）

- ・なぜかたづけしないといけないのかと、せいりとはなにか、わかってよかったです。今
日べんきょうづくえのもののじゅうしょをきめようと思いました。
- ・ありがとうございました。
- ・片づけをしないときれいじゃなくて、せいけつにすごせることにもつながっているのか
なと思いました。
- ・おかたづけは思いやりとわかっておかたづけのことがよくわかりました。たのしかった

です。

- いままでしらなかったことがわかったのでとてもうれしいです。

(4年生)

- 今日学んだことをいかして整理したい。いる物といらぬ物をわけて、お引越しをさせて、住所を決めたいと思います。
- いろんなそうじのしかたを聞いて、これからそうじをがんばろうと思いました。
- 勉強になった。

(5年生)

- 今日は片づけて大切なことを学んだり、せいりせいとんのしたかをまなんだりしました。それを生かしていえでやりたいと思いました。
- ぼくは、この講座をとおして、片づけの大切さがわかりました。例えば、つかうものとつかわないものを分けることです。

(6年生)

- 片づけで大事なことは、1度全部だして、いるものとあまり使わないものにわけて、いるものをとりやすい場所におくことだと思いました。
- 物の住所を決めるということを家でも実践してみたいです。きれいな勉強机になるようにがんばりたいです。すごくわかりやすく楽しい講座でした。
- かたづけとは、ただ片づけるだけかと思ったけど、使ったものをもとの場所にもどすという言葉聞いて、これからはちゃんともとのばしょに戻すということにこころがけたいと思いました。勉強になりました。

