



箇所別！お片付けチェックリスト！

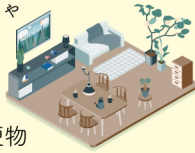


下記のリストを見ながらお片付けを進めることで「どこから始めたら良いのだろう？」と悩むことなく、モノと向き合い、モノを手放すことができます！
 終わったお片付けをチェックすることで、お部屋はスッキリと！
 そして、心地よい達成感が得られます♡
 ぜひ、今年一年このチェックリストを活用してみてくださいね！
 それでは、早速お片付けスタート！



リビング

- もう遊ばなくなったおもちゃ
- 期限切れの薬
- 見てない取扱説明書
- 枯れている観葉植物
- 増えてしまった書類、郵便物
- 行かない店のポイントカード
- 期限の切れた割引券やクーポン券
- 聴いてないCDや観てないDVD
- 読まない本や雑誌(情報誌やガイドブック等)
- 使っていない、書けなくなった文房具
- 分からないコード類
- なんだかよく分からないネジ



寝室

- 1年以上使ってないシーツ、布団類
- 使っていない来客用布団
- クリーニングでもらうハンガー
- クリーニングでかけてくれる袋
- 余ったハンガー



洗面所&浴室

- 無料でもらった化粧品の試供品
- ホテルでもらってきたアメニティ
- 開封後1年以上使ってない化粧品
- 使っていない(合わない)メイク用品
- 古い日焼け止めやクリーム
- 謎のボトル
- 使っていない洗剤や歯磨き粉
- 長く使っていないシャンプー類
- ごわごわ痛いタオル



キッチン

- 腐っている、カビている食品
- 賞味期限切れの食材
- 使用用途のない空き瓶
- 過剰な割りばしやストロー
- ついつい増えるレジ袋
- 使ってない、フタがない保存容器
- 100均でついつい買ってしまった便利グッズ
- 使ってないキッチンツール
- 1年以上使ってない食器
- 欠けたり壊れてしまっている食器
- 昔使った?お弁当箱やお菓子作り用品



クローゼット

- 1年以上使わなかった服、バック、アクセサリ
- いつか着ようとしておいている服
- 汚れてる、着后感が悪い服
- 今の自分に似合わない服
- 使わない予備のボタン
- サイズアウトの服
- 片方しかない靴下



納戸

- 大量の紙袋やレジ袋
- 壊れている電化製品
- 何が入ってるの分からない段ボール
- いつか使おうと思っていた空箱
- コレクションしてたけど今は興味がないモノ
- 好みでないプレゼント
- 放置しているダイエットグッズ

玄関

- たくさん履いてもう履けない靴
- 汚れ、カビが目立つ靴
- 痛くて履きたくない靴
- 1年以上履いてない靴
- 古いスリッパ
- たくさんの傘やカッパ
- 気分があがらないインテリア
- 放置されている郵便物



リストにざっと目を通すだけでも、「あ！そう言えば」と思い浮かぶ「不用品」があったのではないですか？1日10個、処分できれば10日で100個も手放せますよ！2025年も良い年になりますように！



ぐんま整理収納サポート
「ここから」



代表 吉井瑞紀

Instagram minene02

LINE LINE公式 @ngr4406e



資格取得は ▶ <https://kokokara-gunma.com/>

profile

- ・整理収納アドバイザー1級
- ・整理収納アドバイザー2級認定講師
- ・整理収納教育士認定講師 (群馬県唯一講師)

◆著書:子どもとママの「お片付け」のしかけ! (セルバ出版) ◆その他資格:収納インストラクター・収納マイスター・ハウスクリーニングアドバイザー・クリーニングインストラクターなど。