



Point

ピラミッドの1番下(土台)からはじめることを必ず意識することが大切。
きちんとした順番でお片付けを進めることで「掃除」がラクになります。



ついで掃除も有効!

お片付けをした「ついで」にさっとお掃除するのも有効ですよ◎
例えば下駄箱などは、モノを収納から全て出した際に拭き掃除するのがオススメ!



※少量の中性洗剤と水をまぜて拭くとよりキレイに!▲

STEP 3 「何月までに行うか」を追記しよう …→

「いつか片づけよう」ではなく「いつ片づけるか」が大切。
お出かけの予定を入れると同様に「やること」の予定を決めよう。

Point



「〇月〇日」と具体的に書くと、その日にちを過ぎてしまった時に、「もう手遅れだ」と思ってしまいますので、「〇月下旬までにしておきたい」というように、記載するのがオススメです!「隙間時間」にできることを簡易的にリスト化しておきましょう!「10月~11月上旬までにはお片付け・11月上旬~お掃除」が理想的◎

ゆっくり年末を過ごすための

<ToDoリスト>

- 下駄箱のお片付け 10月上旬
- 食器のお片付け 10月上旬
- 窓サッシのお掃除 10月中旬
- カーテンの洗濯 10月下旬
- 窓掃除 11月上旬 など。



ぐんま整理収納サポート
「ここから」
代表 吉井瑞紀

Instagram minene02
LINE公式 @ngr4406e

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。

石田屋「展示場&モデルハウス」で
「お片付けの資格取得」ができます!

整理収納アドバイザー2級
テキスト込 24,700円(税込)
※ハウスキーピング協会の資格取得料です

整理収納教育士
テキスト込 34,600円(税込)

ここからオリジナル講座「ママカタ士」
テキスト込 7,260円(税込)※オンライン手数料別

資格にご興味がある方は「ここから」
ホームページメニューより「資格が
欲しい方」をご確認ください。

<https://kokokara-gunma.com/>

年末にむけて
今から出来ること!「秋掃除」のススメ!

年末まで残り3か月ですね。年末は、仕事もプライベートもバタバタして忙しい時期。だからこそ「今」から計画的に、年末ゆっくり過ごすための準備をはじめませんか?今回のテーマは「秋の掃除」。夏の汚れをしっかり落とし、年末に備えましょう!



「秋」にお掃除をオススメする理由とは?



吉井先生のご自宅リビング

気候の良い時期に、汚れが新しいうちに。

冬の掃除は寒さも厳しく、水を使う掃除は特に辛いもの。夏のように気温が高く、汗だくなってしまうこともないので、大掃除は季候のよい秋からはじめるのがオススメなんです!

特に「夏汚れ」を落とすことが重要 となってきます。

例えば、夏汚れの一つとして、「皮脂汚れ」などがあります。夏場は裸足で過ごすことも多く、窓を開けたりもするので、どうしても皮脂汚れがつきやすいです。空気を入れ替えて、ぜひ秋のお掃除を楽しみましょう!

秋掃除にオススメな箇所

- ・床掃除
- ・エアコン掃除
- ・網戸や窓掃除
- ・空気清浄機や換気フィルター掃除
- ・浴室掃除
- ・布団のお手入れ
- ・カーテンの洗濯 など

p.10では
カーテンやブラインド類の
お手入れの仕方を詳しく
紹介しています!



3ステップで、秋掃除にチャレンジ!

STEP 1 まずは「目標をたてる」 ……→

「どこから手をつけていいのか分からぬ!」というお片付けやお掃除。まずは右記のように、自分がワクワクできるような『目標』やおおまかな『スケジュール』をたててみましょう!



STEP 2 「リストを作つて見える化」する ……→

年末までにやるべきことを、箇条書きに書いてリスト作成!
実際に「見える化」しないと、なかなか行動に移せないものです。
とは言え、「掃除」をする前には、

最初に「モノの整理(持ち物の確認)」を行い
次に「収納(置く場所を決める)」する計画を立てて
実際に「お片付け・整頓」を行います。
最後に「掃除」を行うとスムーズです。

ゆっくり年末を過ごすための

<ToDoリスト>

- 下駄箱のお片付け
- 食器のお片付け
- 窓サッシのお掃除
- カーテンの洗濯
- 窓掃除 など。

