

シニア世代になると、気になってくるのが身の回りの整理。
今の暮らしを快適に、将来家族にも負担のかからない片付けの方法を、
家事・収納アドバイザーの本多弘美さんが教えるシリーズ・第2回です。

「もの別」に考えよう

手に入れた喜びや思い出のあるものは手放しにくい



シニア世代が収納で困るものBest5

1. 衣類
2. 写真
3. 手紙
4. 本
5. 趣味のもの

「誰かに譲りたい」

「心のよりどころ」になるものは残す。

その他は「処分」か「箱詰め」に。

生きてきた年月が長いほど、身の回り

にもが増えていくのは仕方がないこと。

手に入れたときの喜びや、家族の思い出があつて簡単に捨てられないものも多い

でしょう。そんなシニア世代におすすめの

整理法は、「残したいもの」を中心に、そ

れ以外のものを「処分する」か「取っ

く」に分けること。その上で具体的に、シ

ニア世代が片付けに困る代表的な品々の

整理法をお伝えします。

自分で捨てなくても

大事なもののだけ「箱詰め」

今はほとんど使わず、タンスの肥やしに

なつている「衣類」(アクセサリー含む)。

誰かに譲りたくて残してあるなら、その

相手ごとに分類して保管を。ただ衣類に

は流行があり、価値観の変化で「もら

った相手が困る」ものもあるので、相手の

好みもよく考えて。譲り先もなく、自分

も使わない衣類はまとめて箱詰め。時

間を見つけて、少しずつ処分していきま

しょう。

「写真」は、自分が生きている間の「心

のよりどころ」になるものだけを選んで残

します。未整理の写真、スマホやデジカメ

の写真データは「見られたら困る」ものだ

けを処分・消去。それ以外は、「まとめて

捨てられても構わない」と割り切つて、箱

詰めにして収納へ。

「手紙」も、「見られたくない」ものを、ま

ず処分。手元に残すのは記念日のカード

や家族、友人からの大切な手紙など「今

後も見返すもの」に限り、年賀状などは

順次処分していきましょう。

「本」は、本棚から「これだけは残す」と

決めたものを抜き出し、それ以外は「手

放す」と考えると整理が進みます。資料

の価値のある本は古書店に引き取つても

らうか、譲り先を決めておくといいで

しょう。

「趣味のもの」の行く末が心配な人は、

「生前見積もり」という方法を活用する

のもいいでしょう。信頼できる業者に依

頼し、連絡先を家族に伝えておけば、う

まく換金でき、コレクションを大切に扱っ

てもらふことも期待できます。

講師

家事・収納アドバイザー 本多弘美さん

1961年横浜生まれ。筑波大学医療技術短期大学部卒業。その後、生活から生まれる整理収納法をTV、雑誌等で紹介。収納アドバイザーの先駆的存在。「そうじ以前の整理収納の常識」(講談社)など著書多数。

次回予告

次号では、「箱詰め」にしたものの整理の仕方、上手にものを減らす方法など、「今の暮らしも快適になる整理法」をご紹介します。