


# 大成功のリフォーム術「第1回：うまく収納するということ」

★  
「いかに、たくさんしまい込めるか」ではなくて、  
「ものをいかに生活に活かすための、しまい方ができているか」です。  
「しまう」より「使う」を考えて。

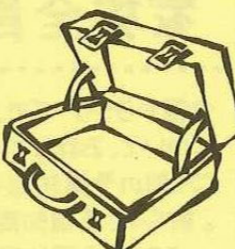
捨てられない、捨てても片付かない、すぐに散らかる、探し物が見つからないなど、片付けや整理収納の悩みから開放されたいと思っている人は多いはず。ことさらに整理上手や収納名人を目指すつもりはないのだけれど、それにしても自分の許容範囲で部屋を片付けておきたいと思っていることでしょう。そこで、ただ漠然と片付かない悩みを解決するのではなく、整理収納の習慣ニールールをもつことをお勧めします。

ここで紹介する7つのルールは自分との約束です。ですから、最初から無理な約束をせずに、自分のペースに合わせて徐々に強い約束ができるようにしてください。



**7つの習慣**

- 1: 買う前に処分する
- 2: 持ち物を見直す
- 3: ラベルをつける
- 4: モノの居場所を決める
- 5: スペースイスマネー
- 6: 収納は8割に抑える
- 7: ものを大切に使う



## もののサイズと収納スペースの奥行き

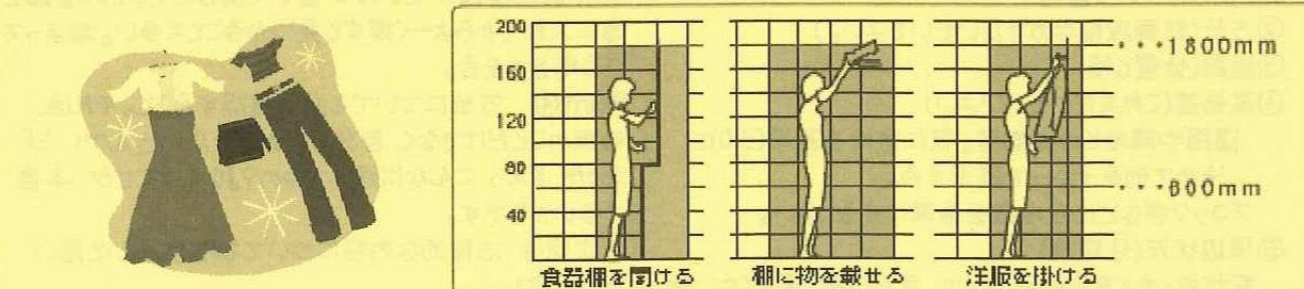
もののサイズより収納スペースが深すぎると、前列と後列に収納することになり、後列の物がだしにくいと、死蔵品になりがちです。スペースを十分活用するためにも、収納物のサイズと収納スペースの奥行きを、適切にとりましょう。

単位 (mm) 奥行	収納可能なもの
800~900	食器棚 調理器具 ビデオデッキ TV 衣料; 手巾 靴
500~750	書棚 文具類 金器棚 リビングボード 整理グッズ 靴箱
400~450	衣庫本 CD
300~350	カセットテープ ビデオテープ
200~250	トイレットペーパー CDラック ビデオラック
~150	小物入れ

## 身体寸法と収納位置の関係

高さは収納作業をするヒトの寸法との関連が重要です。そこで、「高さ600~1800mm」の収納しやすいゾーンには使用頻度の多い物を収納しましょう。」

しまうものの目安	
たまに使うもの(予備、ストック品、季節外、旅行用等)大型、軽量	踏み台が必要
日常使うもの(衣料、食器、食品等)中型、軽量(ハンカチ、下着、箸等)小型、軽量	収納しやすいハンドリングゾーン
ときどき使うもの(炊事用具、ビン、缶、客用寝具等)大型、重量	かがみ姿勢



## ◆ ◆ ◆ 社長のコラム 一級建築士 竹沢 彰規 ◆ ◆ ◆

### 着工式開催

先日、当社においてY様邸新築工事の着工式を実施しました。この着工式とはお客様と私ども竹沢建設スタッフ、並びに現場を施工します各協力会社の皆さんとの全員の初めての顔合わせを行い、ご挨拶をするものです。



これまでの慣習では施主様と私達スタッフとは準備期間の間、何度も何度もお会いするのですが、なかなか業者さんと施主様が事前に挨拶を行うという事はなく、施主様にとっては「自分の家はどんな人が建ててくれるの? 大工さんは? 水道屋さんは? ...?」また業者の方からも「この家にはどんなかたが住まわれるのだろうか?」と全くお互い知らないうちに工事が終わっていたというものでした。

でもよくよく考えてみると私どもと施主様との本当のお付き合いは工事が完工引渡しを終えてからの方が長い付き合いになり、施主さまと業者さんとも末永いお付き合いがこれから始まっていくのです。きっちりとスタートの時点からお互いが見える姿が当たり前ですね。

この着工式の目的はこの工事の計画から直接携わりました私ども竹沢建設のスタッフだけではなく、棟梁を始め、各業者の皆さんとも一丸となったY様新築プロジェクトチームをY様を中心に結成し、みんなでこのプロジェクトを成功させようとする一致団結集会なのです。式の中でのスタッフと業者の皆さんの自己紹介と挨拶はまさに心のこもった感謝と決意の挨拶ばかりでした。

またY様からは「業者の皆さんの顔が見られて安心しました。お任せしますので宜しくお願いします。私もローン返済への気合と意欲が湧いてきました。頑張ります。」との力強い言葉を頂きました。本日、宣誓しました約束をしっかりと心に命じ、安心安全の家づくりを進めて参ります。今回の新築住宅で特筆すべきところは太陽熱利用の全館床暖房住宅『ハイブリッドソーラーハウス』と7寸角(210mm角)長さ6.5mの圧倒される下迫力の『吉野松大黒柱』です。今後も報告致します。お楽しみに。



す。私もローン返済への気合と意欲が湧いてきました。頑張ります。」との力強い言葉を頂きました。本日、宣誓しました約束をしっかりと心に命じ、安心安全の家づくりを進めて参ります。今回の新築住宅で特筆すべきところは太陽熱利用の全館床暖房住宅『ハイブリッドソーラーハウス』と7寸角(210mm角)長さ6.5mの圧倒される下迫力の『吉野松大黒柱』です。今後も報告致します。お楽しみに。

## 旬の食材：さんま



ご存知、秋刀魚と書いてさんま!! 秋といえばさんまでしょう! 旬には脂質が20%を超えるものもあるそうですが、旬以外では5%前後にまで低下するので、やっぱりあぶらの乗った旬に食べるのが一番おいしいのです。そしていまや有名なDHA(ドコサヘキサエン酸)はこの脂肪に含まれているのです。脳の働きを活性化し、EPAは血栓の予防に効果的で、老人性痴呆症の予防や高血圧・心筋梗塞・動脈硬化の抑制に働きます。血合いにはビタミンB2・D・B12が多く含まれていて、老若男女全ての人にとっても体にいい食材です。

### おすすめレシピ さんまの梅煮

材料 (4人分)	(キッコーマンホームクッキングより)
さんま . . . . . 4尾	A) だし汁 . . . . . 2と1/2カップ
昆布 . . . . . 5cm角	B) 梅干 . . . . . 4個
小松菜 . . . . . 200g	しょうゆ . . . . . 1/4カップ
塩 . . . . . 少々	酒 . . . . . 1/2カップ
針しょうが . . . . . 適量	砂糖 . . . . . 大さじ2



#### 作り方

1. 鍋にだし汁と昆布を入れ、30分くらいおく。
2. さんまの頭を切って1/4の筒切りにし、熱湯に一度いれ、すぐにザルにあげる。
3. (1)に(B)を入れて煮立ったら(2)を加え、再び煮立ったら中火にし、落としぶたをして約20分煮る。
4. 小松菜は塩少々を加えた熱湯でゆでる。水にとって3cm長さに切り、水気をよくしぼる。
5. (3)の鍋の端に(4)を入れ、ひと煮立ちしたら火を止める。
6. (5)を器に盛り合わせ、針しょうがを飾る。