

掃除の技術の「4分類」。



そうじには4種の技術があります。

普段、何気なく使用する「整理」「整頓」「清掃」「清潔」を

日本そうじ協会では、それぞれの技術を定義付けし、標準化、体系化し、誰もが簡単、楽々と実践できるようにしました。

簡単ではありますが、奥が深く、追求すると、大きな効果を上げることでしょう。

整理

整頓

清掃

清潔

整理

不要なものを捨てる

「整理」とは、必要なものと不要ものを分別し、「不要なものを捨てること」です。コツは、片付ける場所を決めたら、まずそこにあるものを全部出すこと。棚や机の上、時間のないときは小さな引き出し一つなど、せまいスペースでも構いません全部出して一つ一つ手に取り、「使っている？使っていない？」と質問して4つに分類し、処理します。この時、「まだ使える？」「壊れてない？」「高かった？」という質問はNG。どれだけ高価でも、壊れていなくても、使っていないモノは不要なモノです。

「今使っている」

→ 収納する。

「使わない」「使っていない」

→ 捨てる、譲る、売る。

「今は使っていないけれど、必要」

→ 遠い場所などに収納。

「迷う」「よくわからない」

→ 中身と日付を書いてダンボールなどにしまう。

半年間使わなかったら、中身を見ずに捨てる。

モノがあると家賃がかかります。管理費もかかります。片付いた状態を維持するのが難しくなります。モノを減らし、シンプルになることで、「今」を充実して過ごせるようになります。

清掃

良い空気環境をつくる

「清掃」とはホコリを取り、「良い空気環境を作ること」です。もしやる気があっても、気温45度、湿度90%、臭い匂いのところで人は集中してがんばることはできません。温度、湿度、気流、香り、等、最高の能力を発揮できるように空気環境を設計していくことが大切です。良い空気環境をつくるために簡単に効果が大きいのは、換気です。換気をしていない部屋は人を無気力化させます。窓を開けて外気を部屋に入れましょう。きれいな空気とともに、清々しさや元気、活力の源が部屋に流れ込んできます。きれいな空気が入ることで、やる気のスイッチがオン！楽しく前向きになります。「もっと気持ち良い空気環境にするには？」「今の温度は？湿度は？」と常に気をつけて設計していきましょう！自分の大好きな香りを味方につけましょう！

整頓

必要な量をすぐ使えるよう配置

「整頓」とは、「モノを必要な量だけ、すぐ使える状態に配置すること」。必要なものがサッと取り出せるように、下記の整頓メソッドを役立ててください。

「定位置収納」

使いやすい場所を決め、必ずそこに収納する。

「使用頻度別収納」

よく使うものは取り出しやすい中段、まあまあよく使うものは下段、たまにしか使わないものは上段にしまう。

「グループ収納」

「冠婚葬祭用品」や「趣味の道具」などは、まとめて収納する。

「収納グッズを減らす」

入れる場所や隙間があるとモノを置きたくなるので、収納グッズは増やさず、むしろ捨てる。

「7割収納」

めいっぱい詰め込まず、余裕を持たせると、取り出しやすく使いやすい。

「動線収納」

動線が短くなるよう収納すると、時間が節約できる。たとえば、お米と炊飯器と流しの距離を短くすれば、炊飯にかかる動作の時間が短縮できる。

常に「もっと楽になる方法は？」「もっと時間を短くするには？」「在庫を減らすためには？」と常に問いかけ続けることが能力向上につながります。

清潔

汚れを落とし、磨き上げる

「清潔」とは、汚れを落としてピカピカに磨き上げることです。汚れは「洗剤」×「温度」×「時間」×「力」という4つの掛け合わせで落とすパワーが決まります。まずは、汚れに合った洗剤を選ぶことが大切。ガンコな汚れは、力づくで落とすのではなく、素材が傷まないように気をつけながら「より高温で」「より長く」つけ置きをするとゴシゴシこすらなくてもラクラク汚れが落とせます。温度と時間のコントロールができるようになると掃除の匠です。

重曹（アルカリ性）

油汚れ、手垢汚れなど家庭の汚れの90%以上は重曹でOK

クエン酸（酸性）

風呂、トイレ、キッチンなどの水垢汚れには酸性洗剤でOK