

掃除道の「5大効果」。



ひとつゴミを拾い、ひとつ掃除をすると5つの効果があります。

掃除をするとこの5大効果が自分だけでなく、自分の周囲の人にも与えることになります。

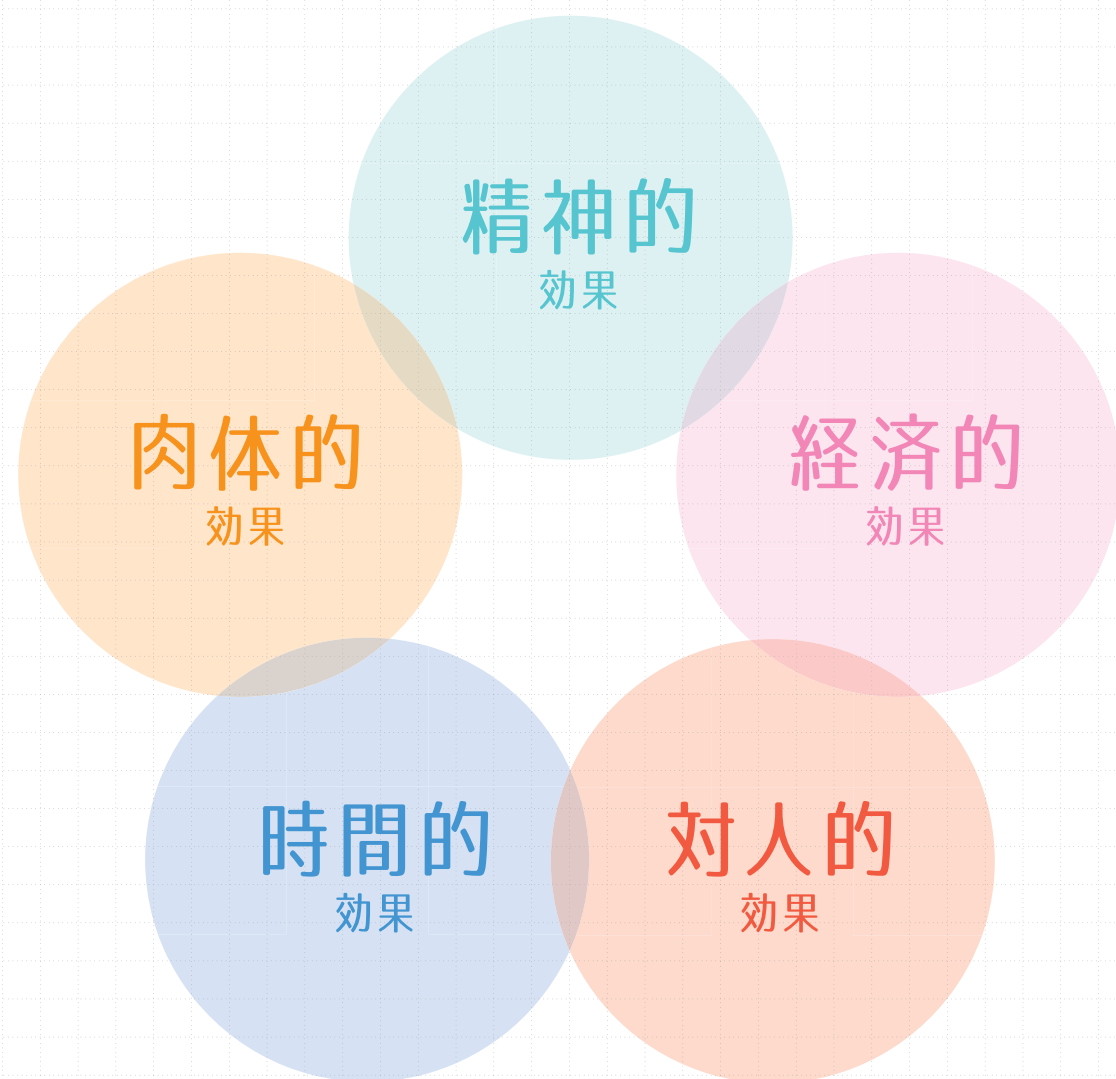
ひとつキレイにすると5つの良い効果があるように、ひとつ汚くすると5つのマイナスの効果があります。

また、自分がひとつキレイにすると、他人も5つのプラスの効果を享受できます。

でも、自分がひとつ汚すと他人に5つのマイナスの効果を与えてしまうのが掃除の本質なのです。

だからひとりひとりが掃除道に取り組むことが、個人だけでなく家庭、学校、地域、会社、社会という

良いコミュニティを創っていくことにつながります。



精神的効果

「ゴミの重さは心の重さ」。部屋が汚いと、精神的に不安定になります。集中力が散漫になり、無気力になり、行動できなくなります。掃除をすると「心がスッキリして、軽くなる」「思考がクリアになる」「ストレスが減る」「イライラ、クヨクヨが減る」など精神面での効果があります。毎日生き生き、はつらつとして行動できるようになります！

個人の効果 感謝の気持ち、集中力、前向きさ、達成感、ストレス減少、自信

企業の効果 おもてなしの心、改善提案数増加、社員満足度増加、メンタルヘルス対策

肉体的効果

「ゴミの重さは体の重さ」。部屋が散らかっていたり、モノが多い人は、体重も重い人が多いようです。掃除道をはじめると、結果的に体重が激減する人が続出しています。「ストレスが減り、ムダ食いが減った」「自炊が習慣になり、外食が減った」など理由は様々ですが、環境を整えると体の状態も整うことは間違いありません。掃除は体も元気にします。

個人の効果 熟睡、深呼吸、疲労減、体力充実、アレルギー対策、体重減少

企業の効果 安全第一、労災事故減少、危険減、健康増、疲労減

経済的効果

多くの場合、掃除をするとたくさんのモノを捨てることになります。「もったいない」と思うこともあるでしょう。しかし、結果的には残されたものを大切に使うようになり、ムダ使いが減ります。モノを置く場所に払う家賃も減ります。キレイな環境だと生産性、効率性が上がり、仕事もプライベートもはかどるので、収入がアップすることも多いのです。

個人の効果 2度買い減少、無駄買い減少、モノを大切にするように、貯金増

企業の効果 生産性向上、効率性向上、効果性向上、不良品率低下、単価上昇、リードタイム短縮、人件費減、残業代減、売上増、経費減、利益増、ブランドカアップ

時間的効果

「時間がないから掃除ができない」という人がいますが、掃除をするとそれ以上に多くの時間を手に入られます。1日の中で探し物をしている時間は人それぞれです。探し物がほとんどない人は、仕事のできる人でしょう。掃除をすると探し物の時間が減るのはもちろん、迷っている時間やクヨクヨする時間が減り、すぐに行動できるようになります。

個人の効果 探し物の時間減少、迷っている時間の減少、大切なことに使う時間増加

企業の効果 残業時間の減少、残業代の減少、会議時間の減少、営業時間の増加

対人的効果

キレイな場、良い場には人が集まります。汚い場、悪い場には人は集まりません。ピンチもチャンスも、人が運んできます。不満ばかり言っている環境で過ごすか、夢や楽しさを語る人たちの中で過ごすかで未来は大きく変わります。掃除道に取り組むと「人生は環境に大きく影響される」ということ、「自分にとって本当に必要なもの」がわかってきます。結果的に、自分にとって大切な人がわかり、よい人間関係を築けるようになります。

個人の効果 人を呼べるようになる、人に優しくなれる、人が集まるようになる

企業の効果 顧客増、顧客来店頻度増、顧客単価増、顧客満足度増、良い人材の採用、離職率減