

スーリールファム通信

理事インタビュー 03

「片づけ」は目的ではなく、 楽しく暮らすための 1つの手段です

——「片づけ講座」、とても興味があります
が、いつ頃から始められたのでしょうか。

安井 片づけのプロとしてライフオーガナイ
ザー資格をとったのは2011年。「社団法
人日本ライフオーガナイザー協会」ができた
のがその2年前で、当時はまだあまり認知さ
れていませんでした。同時進行でインテリア
コーディネーターの資格もとりました。

それまでは、企業で総務・広報などの仕事
をしており、次いで起業家支援を行うベン
チャー企業で営業事務などを担当していまし
た。

——もともと住環境について、興味をお持ち
だったのでしょか。

安井 そうですね。インテリアと片づけと
ガーデニングに特化した仕事をした気持
ちと、年齢的なこともあって、この先も長く続
けたいことってなんだろう？ と考え、「住
まいに関わることをやりたい！」と真剣に思
いはじめました。そんなときに、新聞で「ア
メリカのライフオーガナイズ」の記事を目にし、
「こういう仕事があるんだ！」とはじめて知り
ました。

「出来て当たり前前の家事」と捉えていた「片
づけ」に困っている人がいて、それを支援す
る職業は日本でもきつと、これから広まって
いくと感じました。

——片づけ講座は、どのようなことをするの
でしょう。

安井 「片づけ」についてお話をさせていた
いたり、実際にご自宅にうかがって一緒に片
づけたりもします。ライフオーガナイズの考
え方は「一緒にやりましょう」というスタンス
です。

例えば、家事サービスを依頼して人に片づ
けてもらうと、そのときは片づきますが、リ
バウンドしがちです。そうではなくて、一緒
にやりながら「なぜ、自分は散らかしてしま
うのか」「なぜ片づけられないのか？」といっ
た、もっと根本的なところから一緒に考え、
ご自身の気づきを促し、生活を変えていくお
手伝いをするのが私たちの仕事です。

——なるほど。家事サービスと違って申し込
むような方はいませんか？

安井 最初に、「一緒にやる大切さ」をお伝え
するので、それはないのですが、本気で、「自

分の暮らし方を変えたい、片づけた
い！」と強く思っている方でないと続
きません。

「片づけたい」と皆さん言いますが、
それほど深く悩んでいない方が多い
と最近感じています。別に困っていな
いけれど、片づけが流行っているから
やるのかな、と重い腰を上げてみたん
だけど、続かない。そういう方にはま
た別のアプローチ方法をお伝えした
りします。

——確かに、書籍なども「ダイエツト」
「整理 片づけ」「お金」の3大テーマは
いつも需要がありますね。読者の方は
ハウトゥ本を1冊読んで問題が解決
する場合は少なく、何度も繰り返し
同じテーマの本を買う傾向があるよ

うです。

安井 永遠のテーマですね。「今度こ
そー」「今年こそー」と。

——ところで、スーリールファムに關
わる前は、片づけの仕事を少しお休み
して、違うお仕事をされていたそうで
すね。

安井 はい。服を売る側の経験をした
いと思ひ、アパレルの販売をしていま
した。

それは、「片づけ」の中で「片づかな
いクローゼット」という大きなテーマ
がありまして、そうした悩みの方々
は、どういふふうにお洋服を買うの
か、皆さんの購入行動はどうなのか、

ぜひ知りたいと思つてブティックで
売る側の仕事をさせていたいただきま
した。

——いかがでしたか？「1枚買ったら
1枚捨てる」なんて言いますが。

安井 気づいたことの1つに、変身願
望があるのに、同じ傾向の服を買うお
客様が多いということですね。例えば
「私のクローゼットはグレーの服ばっ
かりなの。イヤになっちゃうわ」と言
いつつ、グレーの服をお選びになる方
など。

また、「服はいっぱいあるんだけど」
と言いながらまた購入される方。購入
しつつ「お洋服が散らかってる」、「整
理したい」、「衣類をどうにかしたい」
とおっしゃる。

とはいえ、お買い物物が「気晴らし」
「気分転換」「外出のきつかけ」になる
のも事実なので、それは一概に悪いこ
とではないです。高齢のお客様で通院
のサイクルでブティックに立ち寄ら
れる方もいらっしゃいました。

——お洋服を見るのを楽しみにされ
ているんですね。

安井 いろんなクローゼットのお悩
みを聞きました。

片づけでは、クローゼットとキッ
チンが2大巨頭です。キッチンは場所が
限られていて、そして必要なものは決
まっていることが多い。

例えば、リビングはそれぞれ家に
よって大切なものが異なりますが、
キッチンとクローゼットはだいたい

入れるモノ、置くモノが決まっていま
す。そして、成果が目に見えやすい。
この二箇所が出来る片づけの習慣
が身に付き、他の場所もやりたくな
る、やれる様になる方が多いですね

まず「自分のモノ、自分のテリト
リーを整理する」ということにも通じ
ます。家族の趣味のものの処分などは
考えずに、まずは自分の身の回りを判
断していくのです。

——ライフオーガナイズはアメリカ
が発祥なのでですね。アメリカなど、家
が広いので収納で悩まない気がしま
すが。

安井 家は広いのですが、通販や口
ンでの買物が日本よりも、もっと昔か
ら普及して消費に熱心だったため、物
があふれている家庭が多かったよう
です。地下室やガレージにいらないう
ものが山積みになっていたり。慢性的に
片づけられなくて困っている方々の
問題に、心理学的なアプローチをする
専門家もおり、依頼する側もハードル
が低いようです。

——日本人は他人を家に入れて何か
してもらうことに対して、ハードルが
高いですね。抵抗があるというか。

安井 依頼するにしても、しないにし
ても、「片づけ」と「後ろめたさ」がセッ
トになっているところがありますよ
ね。でも、「お片づけはさっさと済ませ
て、もっと楽しいことに時間を使いま
しょう！」というのが私の究極の目的
です。

世間的に「片づけ」、「捨てる」、「断捨離」などがブームで、カン違いされる方もいらつしやいますが、片づけが目ではないのです。考え方を解放するというか…。それぞれ自分にあった片づけ方がありますから、後ろめたさから解放されましょう、ということですよ。

——私も常々、片づけ問題の奥には心理的ななにかがあるのでは？ と思っていました。

安井 片づけて、人類の深い、古い、テーマだと思っております。

だって、証拠はありませんが、きつと原始人でも「マンモスを狩ったこの道具、どこに置いておくかな」と考えたと思うのです。「この石器はこっちに置くほうがいいな」とか、「この編みかけの力ゴはどこに置くのがいいだろう」とか、きつとあったと思うのです。

——確かにそうですね。「道具」が人々を人たらしめているとしたら、その発生とともに「どこに保管するか」「どう管理するか」という問題はあったと思うのが自然ですね。

人類発生とともに「お片づけ」が発生していた！ と。目からウロコです（笑）。

安井 こっちの洞穴では、道具類を1つずつ、立てかけて置いたかもしれず、また、こっちの洞穴の人たちは、道具を積み上げていたかもしれませぬ。

——「ま、適当に、その辺に…」なんて、道具をうつちやらかしていた人々の子孫は、危機的な状況を生き延びてこられなかったかもしれませぬええ。うーん。奥が深い（笑）。

安井 何度も言いますが、さつさと片づけて、マンモスの肉を焼いたりお腹いっぱい食べたりしたい（笑）。自分のやりたいこと、楽しいことに時間を使いましょう、ということですよ。

——ところで、「片づけレシピ」というのはどのようなものですか。

安井 講座を受けていただいた後、個別にその方に合わせてプランを立てて片づけていきます。誰にでも当てはまるオールマイティなものではなく、その方の思いに寄り添った片づけプランを考えて行きます。

片づけは、気力体力を使うので、元気でないとできないですね。30代ぐらいの方でも何時間も集中力が続くことはありません。

——高齢の方が、急に生活を見直して大掃除！ なんてとても難しいですね。

安井 そうなんです。少しずつ、元気づけながら生活を見直してコンパクトにしていくことをお勧めしています。元気な60代ぐらいの方に受けていただくのがイメージです。

私の親は70代で元気ですが、「一緒に片づけようよ」とやってみただけです

…。1時間で「もういいわ」と終了です（笑）。

また、実家の片づけは、徒歩で行ける実家か、車で行くか、新幹線で行くのか、によっても違います。娘が実家を片づけることの距離感もそれぞれ。元気な両親か、元気な一人親か、病気がちか、など。本当に千差万別で親子関係もあるので難しい部分が多いですね。

——まずは予備知識的に、準備運動として参加いただくのがいいですね。大括りに「片づけ」について知る。簡易的な片づけ講座で話を聞き、住環境を見直すきっかけとしていただく。

安井 そうですね。そして、あとは個別に対応していく方向です。

リバウンドしない、片づけた状態をキープする事が大切です。

それから、もう一つ大事なことです。片づけ講座を受けたからと言って皆がホテルのようにスッキリした部屋に暮らしたいと考えるようになるわけではないということ。

例えば、シャロックホームズの探偵事務所のような、あるいは居心地の良いおばあちゃんち、昭和のお茶の間…。モノは多いけれど、賑やかだったり楽しげだったり、そこに住まう人の息づかいや体温を感じるような、温かみのある環境もとても魅力的ですよ。それはそれで良いと認めること。

——楽しく生活できることが一番ですからね。

安井 そうです。とにかく「後ろめたさ」から解放され、納得のいく住環境作り役に立つ講座にしたいと思っています。

——ありがとうございます。



理事
安井 恭子
(やすい きょうこ)
インテリアコーディネーター
ライフオーガナイザー

企業OL生活約20年の後、「勝手な使命感」を持って片づけに悩む人をサポートしたいと2012年に片づけのプロ、ライフオーガナイザーの資格取得。2014年にインテリアコーディネーターの資格を取得。
片づけレシピ塾を始め、「片づけ×インテリア×ガーデニング」をテーマに講座を開催中。