

【片づけで叶える】人生後半の身軽で快適な暮らし方

## 整理収納ハンドブック

### クローゼット編

シリーズ1



Colors, Future!  
いろいろって、未来。

川崎市



クローゼットをうまく収納  
できてないな



そのようなお悩みの方は  
意外と多いようですよ。  
クローゼットがスッキリ  
使いやすければ、毎日の  
洋服選びがラクで楽しく  
なります。お気に入りの  
洋服で気分良く過ごしま  
しょう

## クローゼットのスッキリ収納4つのステップ



### ステップ 1 収納スペースの衣類の量を8割に減らそう！

#### 今シーズン着なかった洋服は思い切って手放す (難しければ2~3シーズンでもよい)

そのシーズン着なかったということは、なくても困らなかったということ。どうしても思い入れがあるもの以外は手放そう

#### 似たような洋服は整理して絞り込む

自分の好みでつい、似たような服を買ってしまいがち。同じような服は絞り込んで残すものを決めて、数を減らそう

#### 人前で着られるかどうかを判断基準にする

お気に入りの服でも着続けていれば色あせたり、毛玉ができて自分を素敵に魅せてくれず逆効果。思い切って手放そう

#### 体型が変わって着られなくなった服を手放す

一度体型が変わるとなかなか元に戻らないもの。鏡の前で着てみて似合わないと感じたら、それは手放す時

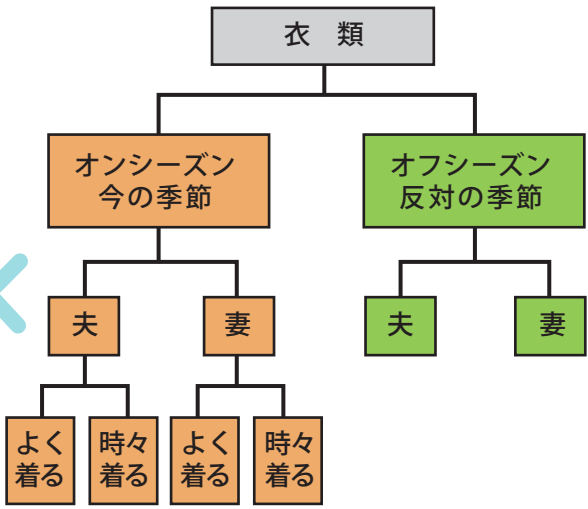


## ステップ 2 衣類をグループ分けしよう！

衣類をいったん全部出してグループ分けする  
グループ分け=人別、季節ごと、着る頻度など

例 1

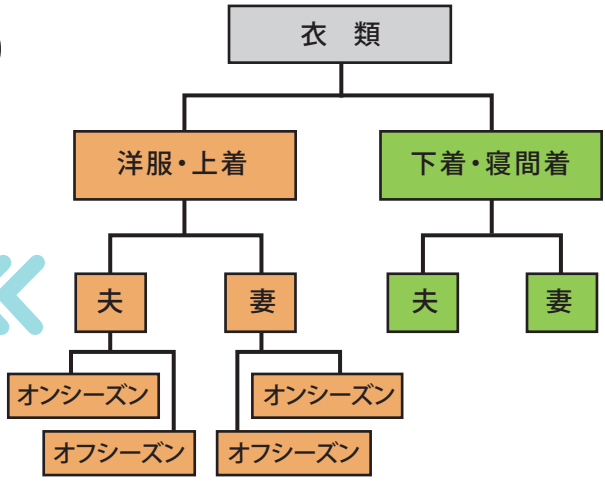
クローゼットに収納



押し入れに収納

例 2

クローゼットに収納



脱衣所に収納



### ステップ 3 クローゼットのどこに何を収納するかイメージ して書いてみよう！

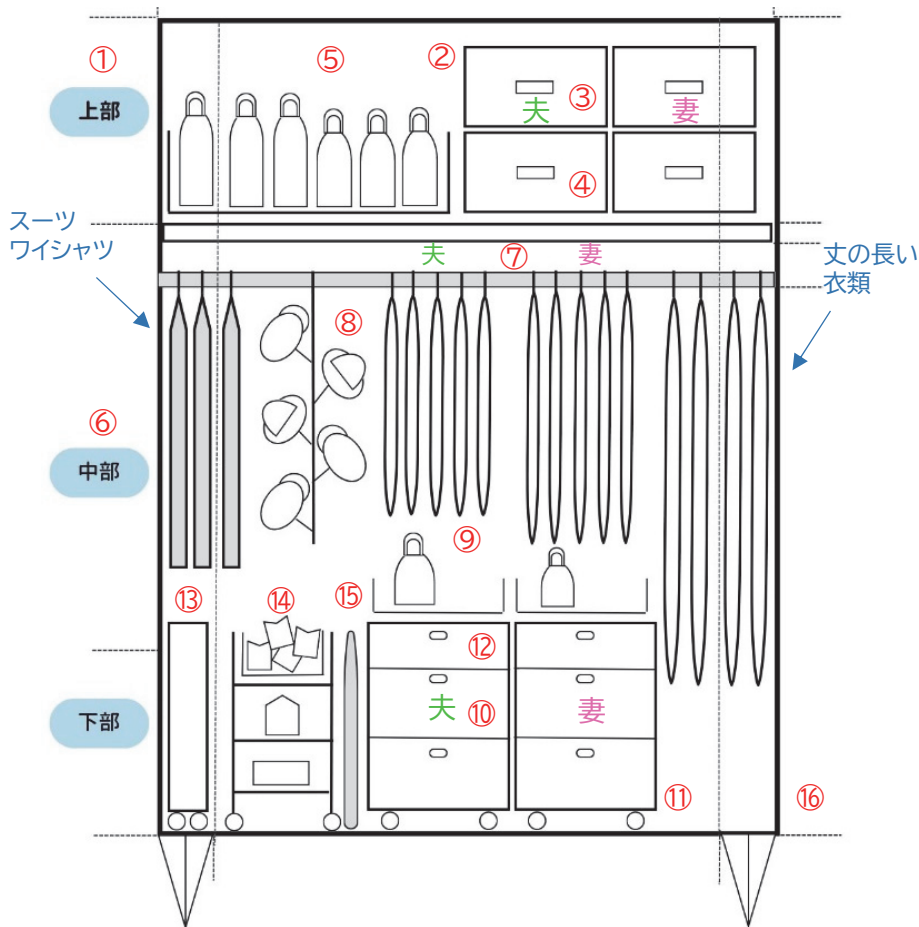
クローゼットの中を四角く区切って配置を考える

高さは「上中下」に区切って使い分ける

空間を無駄なく効率よく使う

生活の動線を考えてそこで使うモノを収納

#### 〈クローゼット収納のイメージ図の例〉



## 上部

- ① 上段はあまり使わないものを収納。重いものは避ける
- ② 収納ケースは布製など軽いものがおすすめ
- ③ 着る回数は少ないが必要な洋服を収納する
- ④ 手放すかどうか迷っている衣類や小物は一時的に保管して、定期的に見直す
- ⑤ バッグは立てて収納する



## 中部

- ⑥ 中段はいちばんよく使うものを優先する
- ⑦ ハンガーに吊るすときはぎゅうぎゅうに詰め込まないすき間を空けるようにする
- ⑧ 帽子はひっかけて吊るす
- ⑨ よく使うバッグや小物置き場を作る

## 下部

- ⑩ 今の季節の衣類を収納
- ⑪ 衣装ケースはキャスターを付けると、横や奥のモノを取り出しやすい。さらに半透明のケースからラベルを貼ると中身がすぐわかる
- ⑫ 浅いケースには靴下、ハンカチ、薄手のシャツ等細かいものを収納
- ⑬ クローゼットの両端の取り出しにくいデッドスペースには、普段使わないモノを収納（スーツケース等）
- ⑭ ワゴンの上段にアイロンがけをする衣類の一時置き場、中段にアイロン、下段に裁縫セットを置く  
同じ動作で使うモノは同じ場所にまとめて置く
- ⑮ ワゴンと衣装ケースの間にアイロン台を立てる
- ⑯ 下着、寝間着はここではなく浴室の脱衣所等別の場所に収納することもおすすめ



## ステップ 4 イメージ図を基にクローゼットに収納しよう！

Before



After



### クローゼット収納をキープするコツ

- 手放すかどうか迷うものは仮置きボックスに入れ、しばらく様子を見てOK。次の衣替えのタイミングに見直す
- 洋服を増やさない。1枚買う時は1枚手放し、適度なスペースをキープする
- 人生後半は仕事との関わり方が変わるので、仕事用のスーツ等の数を減らす等、生活スタイルの変化に合わせて、その時々で必要なものと不要なものを見直す

【監修】ココチプラス代表 椎名ともこ  
(整理収納アドバイザー1級)

【お問い合わせ先】

川崎市多摩区役所地域みまもり支援センター衛生課 044-935-3306

令和5年8月作成