

【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

リビング編

シリーズ6



Colors, Future!

いろいろって、未来。

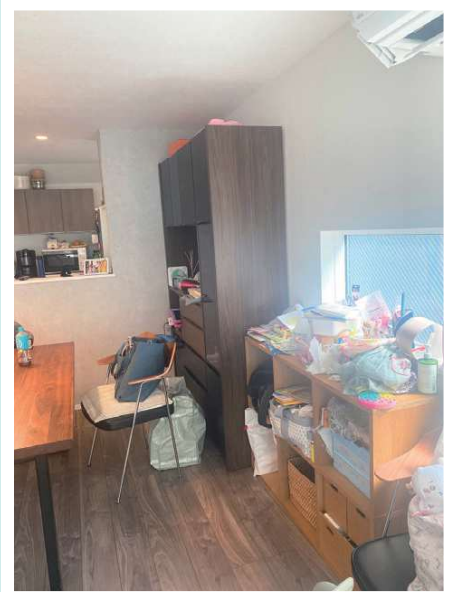
川崎市

<リビングの特徴>



子どもが大学生になり、家を出て一人暮らしをすることになりました。これからは夫婦二人になります。また、仕事も落ち着くので、家で過ごす時間が多くなります。

これを機に、これからの生活を見据えてリビングを過ごしやすく整えたいと思います。ぜひ、アドバイスをお願いします。



最近は**リビングダイニング**というように居間と食事のスペースが一体となっているお宅も多いと思います。その分スペースが広くなり、モノの量も多くなりますから、散らかりやすくなります。

リビングは**家族の生活の中心になる場所、家の中でいちばん長く時間を過ごす空間**です。この場所が整っていると、快適に暮らせるようになりますよ。

<暮らしのイメージ>



これからの私たち夫婦二人の生活を想像して、リビングを次のように整えたいです。

- 子どものモノ等、使っていないモノは整理してスッキリしたい
- 自分の仕事をリビングで快適にできるようにしたい
- テレビや映画をゆっくり観るなど、くつろげるスペースをつくりたい

リビングの整理の基本は、**日常的に使うモノだけを置く**ことです。それ以外の普段使わないモノやストックなどは他の場所に移動させます。これを基本ルールとして、それぞれの場所の片づけ作業を進めましょう。



<片づけ作業ビフォー・アフターの事例>

①ワゴンをバッグ置き場に

Before



After



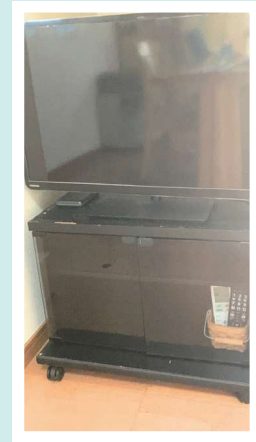
- 子どもが大学進学のため、独立して一人暮らしとなった。学校関係や、引っ越しのための資料はもう必要ないのですべて処分。**自分が日常的に使うバッグの置き場として定位置を確保した。**

② テレビ台の収納とコード類の整理

Before



After



- テレビ台の中身を全部出したところ、ビデオレコーダーも含め、**全て必要ないことがわかった**ので、**全て処分することにした**。
- リモコンの置き場が定まっていなかったが、**一日の最後にリモコンを収納する場所と決めた**ことで、**探すことがなくなった**。

Before



テレビ、ビデオの電源、配線のために、たくさんのケーブル類が絡まって床に垂れ下がっています。テレビを観る時に目に入るのでどうしても気になってしまいます。

After



- スチールネットを使ってコード類をひっかけて、テレビ裏に固定。前から見えないようにした。
- 延長コードをコードケースに入れて目隠し。コード類のごちゃつきをなくした。

③ 食器棚の整理

Before



After



全体



詳細

Before



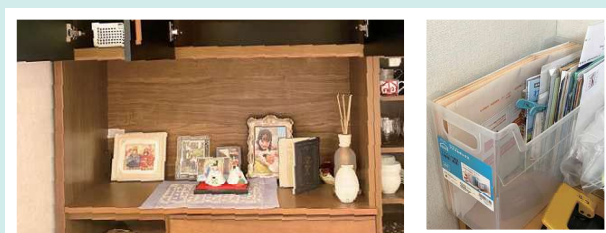
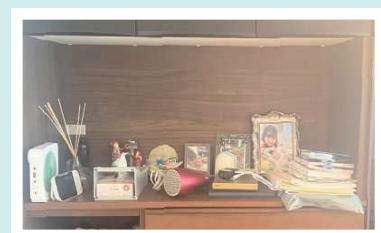
After



- 上段は手が届かないので、不要なモノを減らして、基本的に何も置かないことにした。



- 食器は必要なモノだけ残してスペースを確保。
- 空いたスペースにパソコンとイヤホンなど周辺機器を収納。



- 書類の仮置き場**をつくり不用意にモノを置かない。飾り棚は写真と季節の飾りモノのみ置くこととした。

④ 自分のワークスペースを使いやすくする

Before



After



- 棚を整理して自分の使い勝手のよいワークスペースをつくった。今は使っていない書類や子どもの学校の資料などが混ざっていたので、**今、自分が使うモノだけを置く**こととした。
- ヨガをオンラインで教えているので、道具を定位置に収納。リビングで体を動かすスペースを確保できるようになった。

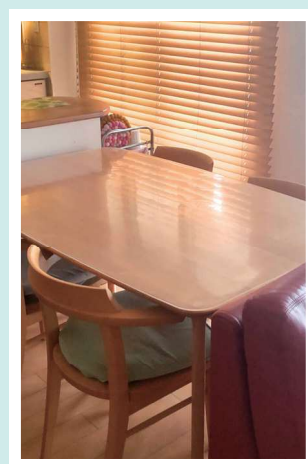
リビングは生活の場だから、**今、使うモノだけを置く**と決めると、自然と必要なモノを選べるようになりました。そうすると、あれだけごちゃごちゃしていたリビングがスッキリ整いました。



食事や団らん、そして仕事もはかどる機能的で快適な空間になりましたね。

最後に…

ダイニングテーブルにモノを置かないようにすることで、リビングの整った状態をキープできるようになりますよ。



【制作・監修】椎名ともこ（ココチプラス代表 整理収納アドバイザー）
【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7年11月作成