VOL.66　2011年11月発行（隔月発行）

新宿HAHAha 倶楽部

小さな子どもを育てていると息がつまることもあります。
そして新宿で子育てなんて、と思われることも‥
でも、私たちはHAHAha と楽しく子育てしたい！
新宿のハハ達が目・耳・足で情報を集め発信します。
現在区内の児童館を中心に1,000 部配布中です。

☆メンバー募集中！☆
http://haha8.web.fc2.com/
＜ホームページが新しくなりました！＞

最近よく聞く「断捨離」。ヨガの「断行（だんぎょう）」、「捨行（しゃぎょう）」、「離行（りぎょう）」という考え方を応用して、人生や日常生活に不要なモノを断つ、また捨てることで、モノへの執着から解放され、身軽で快適な人生を手に入れようという考え方で、単なる片づけとは一線を引くといいます。断＝入ってくる要らない物を断つ、捨＝家にずっとある要らない物を捨てる、離＝物への執着から離れる、という意味のようです。

今月の特集はこの「断捨離」。メンバーの体験記を中心に、裏面では区内にある「もういちど倶楽部」の紹介をしています。片付けしようかなあ～と思っている方、是非参考にしてください。あなたもダンシャる（断捨離をする）「ダンシャリアン」になれますよ。

断捨離（だんしゃり）わたし流

『どうも、片付かないな』『なんか、すっきりしないな～』と思いながら毎日を送ってきましたが、子どもが大きくなり手が離れたのをチャンスに、片付けの本を何冊か読んだり、片付けのブログも読んだりして、片付けにちょっと前向きに取り組んでみようと決心しました。
しかし、この世には、なんてたくさん片付け方の本ってあるんでしょうか？！『一気にやりなさい』という著者もいれば『毎日少しずつ』という著者もいる、内容は様々ですが、どうも、**使う頻度や、動線を考えて物を収納し、使ったらしまう**、というのが鉄則のようです。

また、収納は縦にするなど、簡単な工夫でぐっと使いやすく、散かりにくくなったりすることも分かりました。でも、いざはじめてみると・・・何が障壁って・・・何しろ物が多い！！！子どもがもう中学生になったのに、小学生が使うようなおもちゃや本も何だか捨てられずに収納されています・・・そんな、使わない物たちが棚を占領していて、使う物を収納する場所がない(>_<)という事で、まずは物を減らす事を決心。

まず、本の指南通り、棚の中を仕分け（使っている物、捨てる物と、取っておきたい思い出の物と、保留物）に分ける。主婦は家族の都合でまとまった時間がとれないから、とりあえず一棚ずつ始めてみました。いつか使うかも…とか、なんかもったいないけど使ってないものとかは、取りあえず「保留箱」へGO。不要な衣料はリサイクルに出す事で一気に片付いたし、不要な本は古本屋へ持って行って終わりました。子どもの学校の工作物も、写真に撮って捨てたり、思い出箱に入れたり、飾ったり、一応目途はついたけど・・・困ったのは雑貨、大量に保留箱に残ってしまった…頂いた絵皿、写真立てなどなど。要するに、捨てるには忍びなく、もったいなく、でも、この先持っていても使いそうにいない物達・・・これ一体どうしたらいいのっ？そこで「もいちど倶楽部」に出すことにしました。

裏面へ続く→

＜まとめとポイント＞

★ **使う頻度や、動線を考えて物を収納し、使ったらしまう**、というのが鉄則

★ 棚の中を「使っている物」、「捨てる物」と、「取っておきたい思い出の物」と、「保留物」に仕分ける。

★ 収納は縦にする、吊るすなど工夫してみる。

★ 新品＆まだ使える雑貨はリサイクルセンター＆バザーなどへ

捨てない片付けの味方

『もいちど倶楽部』利用のコツ

西早稲田リサイクル活動センターDATA
住所　新宿区西早稲田３－19－5
☎　03－5272－5374
http://www.shinjuku-rc.org/nishiwaseda/prod2.htm

以前は高田馬場の「新宿リサイクル活動センター」にありましたが、現在センターは工事中ですので今は「西早稲田リサイクル活動センター」で活動をしています。

出品者登録：　登録できる人は新宿区に在住、在勤、在学の１８歳以上の本人。住所を確認できるものを持ち受付窓口へ、「出品登録証」を発行してもらいます。

出品の予約：　混んでいてすぐには出品日の予約が取れないので、私はモチベーションが下がらないように、片付けが中途半端でも、とりあえず予約してしまいました。そして、出品日に向けて家で仕分けを続けます。

出品物搬入：　出品は１５点ですが、出せないものや、ダメだしされるものもあるので２０品以上を持って行くのをお勧めします。服は５着まで、などの規制もありますので確認してくださいね。

清算：　出品一覧の用紙に清算日が書かれているので、精算日にその用紙と出品登録証を持って行きます。次の出品を決めたい場合、清算日の１ヶ月後から次回の出品の予約受付となるそうです。でも、完売の人はその場で次回の出品受付が出来ます。

ありがたい事に完売でしたので、すぐに次の予約をする事が出来ました。出品したものは、写真立て（子供用）、花瓶、キーボックス、大理石風の小物入れ（なんか、１０年以上前のヨーロッパのお土産？）、飾り絵皿、などなど。
その中で最高値を付けたのがアメリカで買った籐のピクニックバスケット（プラスチックのお皿、コップなどがセット）が５００円。最安値はエコバック、自転車防犯ネットなど１０円。
出品時はとても細かい査定を受けます。自分で気づかなかった小さなほつれを指摘され、出品不可になった子どものバックなどありましたので、出品したい品を多めに持って行って良かったです。

今まで３回出品して、３回とも完売しました。完売のこつは、やはり値段を安く付ける事だと思います。私の目標が『ゴミにしないで使えるものを使ってもらう』という事なので、１０００円程度の売り上げでも大満足。もちろん、少しでも高く売りたい方もあるでしょうから、それは片付けを目指す皆様の目的や、行動出来る時間などに合わせ、オークションに出す、フリマに出す、など自分に合った方法を考えたら良いでしょう。

その他の不用品の処理方法・・新宿 HAHAha 倶楽部メンバーの体験談です。

ネットオークション
ヤフーオークションを時々利用しています。ヤフーオークションのトップページには「出品方法」など丁寧に紹介されていますので、やる気と時間があれば出品できます。娘の中学受験時に、内容がわかりやすいといわれる参考書やCDを買いまくりましたのでそれらを思い切って全部オークションに出品しました。大部分が売れましたので半分くらいは元が取れました。

近所のフリマ
早大正門通りでは年に２回フリーマーケットが開催されます。自分のブースを出すには2000円ほどお金がかかりますが、友達同士で出店すればワイワイ、ガヤガヤ楽しいですよ。区内のフリマ情報は広報に載りますので、チェックしましょう。

リサイクルショップへ持っていく
区内にいくつかリサイクルショップがありますので、ネット等で探してみてください。品物を持ち込むとお店の人が買取金額を査定してくれます。超安値ですが、オークションやフリマが面倒な方にはオススメです。

バザー用に寄付
区内の福祉施設でバザーを開催する時に寄付の品物を受け取ってくれることがあります。また、都立山吹高校では毎年文化祭の時期に提供品を集めています。新品に限るとかクリーニングに出してからなどの制約がある場合がありますから、お問い合わせください。

ゴミに出す
最終的に一番簡単な方法です。ぬいぐるみやお人形を捨てるときは包装紙などにつつみ、「今までありがとう」と感謝して捨てると気持ちが楽になります。