

我が家の適量を考えましょう

～台所器具から整理収納～
高槻方面

高槻方面では、昨年秋から「整理収納」をテーマに勉強を進めてきました。昨年9月、山崎美津江さんの講習会を受けて方面ですぐに整理を始めている人も何人かいました。講習会でも話されていたように、「台所を見たら、この人は整理上手か整理下手かだいたい見当がつく」という鋭い指摘に早く整理をしたいと思っていました。

今回私たちは、台所の整理収納の第一歩として、毎日使う引き出しをスッキリとして使いやすくすることをめざす事にしました。そして、気になる台所道具 15 項目を選び出し調べてみました。

スライド（調べ用紙1）

59人が参加しました。まず、最初に今持っている数を書き出し、次に自分なりに整理をして必要な数を書きました。そして、一週間～10日間生活してみて、その結果我が家の適量を決めるようにしました。

スライド（調べ用紙2）

我が家の適量を考えましょう～台所器具から整理収納～					
	現在の持ち数	理想の持ち数	理想の持ち数にした結果使ってみてどうだったかの感想	我が家の持ち数	減らした理由・見付いた事など何でもお書き下さい
しゃもじ	10本	2本			
おたま	6本	1本			
ゴムベラ	5本	1本			
フライ返し	6本	0本			
木ベラ	5本	0本			
泡たてき	4本	1本			

項目は、上から「しゃもじ・おたま・ゴムベラ・フライ返し・木ベラ・泡立てき・すりこ木・めん棒・巻きす・計量スプーン・ランチョンマット・菜箸・オイルポット・鍋つかみ・布巾」です。

他にも調べたい物が色々ありましたが、今回はこの15項目に絞りました。この調べで大切にしたのは、減らすことが目的ではなく見直し丁度よい数を知ること为目标に、実際に引き出しの物やつるしてある物をすべて数えてみました。「いつの間にこんなに沢山溜まったの?」というものや存在すら忘れていた物もありました。又、日頃から出し入れの時引っかかって疎ましく思いながらもそのままにしているもの、又自分だけが使っていて古くて黒くなったり汚くなっているも気づかずにいた物もあり、持ち数を数えたことで本当に必要なものなのか、日頃生かされているのか、改めて問い直すことができました。

そして、持ち数の多さに気付いた人が理想の持ち数を考えて生活したことで我が家の適量を見つけることができ、すっきりと片付いた人がたくさんいました。今回、思い切って減らした中で、まだ新しい物や今後また使うかもしれないという物については「出番待ちコーナー」を作って保管するという人もいました。また、一度減らして生活してみたものの不便さを感じて、また元に戻した人もありました。

スライド（持ち数調べ 最少と最多の表）

台所器具持ち数調べのまとめ		
	持ち数最少	持ち数最多
しゃもじ	2	10
おたま	1	6
ゴムベラ	1	5
フライ返し	0	6
木ベラ	0	5
泡たてき	1	4
すりこぎ	0	3
めん棒	0	4
巻きす	0	5
計量スプーン	1	7
中	1	5
小	1	3
ランチョンマット	0	23
菜箸	1	11
オイルポット	0	2
鍋つかみ	0	5
布巾	1	30

この表は、台所器具 15 項目の持ち数の少なかった数、多かった数をまとめたものです。

10本のしゃもじを持っていたIさんは、土産物などで溜まってしまったとはいえ、その多さに驚き木製2本、プラスチック製2本に減らしました。スッキリして全く不便は感じないそうです。

5本ものゴムベラを持っていたKさんは、持ち数としては多いけれど大・中・小・極小と色々な使い道で分けているので、これが無いと料理ができない！減らせませ

んとのこと。

50年物の山椒のすりこぎを使っているYさんは、お母様の代から使っている1本をこれからも大切に使いたいとのことでした。

私Kは、ランチョンマットを23枚も持っていました。頻繁に使って汚くなるのがいやなので、お客様が来られた時だけ使い、普段は納戸にしまっていました。シミがついたり、ビニール製の物は割れたりして、お客様には使えなくなってしまいました。家族4人分を残して処分し、あとはワゴンに敷いたり、カバーとして使っています。「管理ができないのに溜めこまない！」よい教訓になりました。ランチョンマットの代わりに半月盆を使うと、そのまま出して引けるので便利だと教えてくれる人もいました。

たくさんの菜箸があった方が料理がはかどると思って11膳を持っていたTさんは思い切って3膳にしました。焦げて先の黒くなってしまった物は処分し、残った3膳を上手にくりまわしているのも特に不便は感じていないとのことでした。

今年の最初の係会では、話題が尽きることの無い、楽しい話し合いになりました。

スライド（引き出しの写真）

こちらは片付いた人たちの写真の一部です。

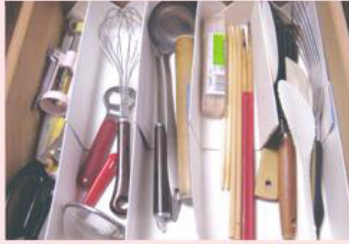


(Yさん)牛乳パックの仕切りを使って整理収納された広告用紙のゴミ箱や使い捨て布・・・使いたい時にすぐ取り出せます。

(Tさん)指定席に入ってそれぞれの器具たちが出番を待っています。



Dさんの引出



このようなスッキリとして状態を持続させたいと思います。

スライド（油ポットと布巾について話し合いました。）

油ポットと布巾について話し合いました

次に質問や意見の違いが多かったのが「油ポット」と「ふきん」でした。そこでこの二つに絞ってもう一度調べ物を出し、それについて最寄で話し合いました。

たとえば、「油はどのくらいまで使えるのかよくわからない」「どのくらい使ったどのように処分するのか？」という若い会員の質問がありました。使った油の処分を

どうしているかについては



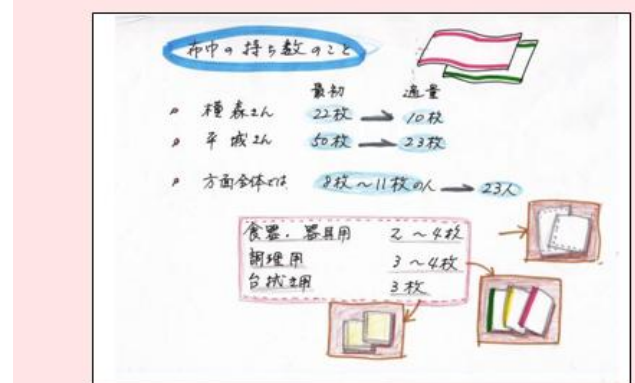
・布や紙にしみこませてゴミとして出す31人と最も多く
・土に埋める11人・凝固材を使う3人・使い切る8人という結果になりました。

土に埋めるに関して市の「環境保全課」に尋ねると「油は分解しないから土に埋めない方がよい」とのことでした。

た。雨に流されて土の中に入って地下水まで行くと水が汚れるので一番よい方法は「布や紙に吸わせてゴミとして出すこと」だと教えていただきました。

布巾は持ち数が1枚の人から50枚持っている人まで幅があり、布の材質や用途にこだわりを持っている人が多かったですが、調べをしたことでその持ち数を見直せた人がたくさんいました。

スライド（布巾の持ち数）



30歳代のYさんは頂き物も含め22枚ありましたが10枚に減らし、50枚持っていたHさんは、お孫さん専用の物や料理での使い分けをしていたけれど23枚まで減らしたことで、引き出しの中がスッキリとしたそうです。

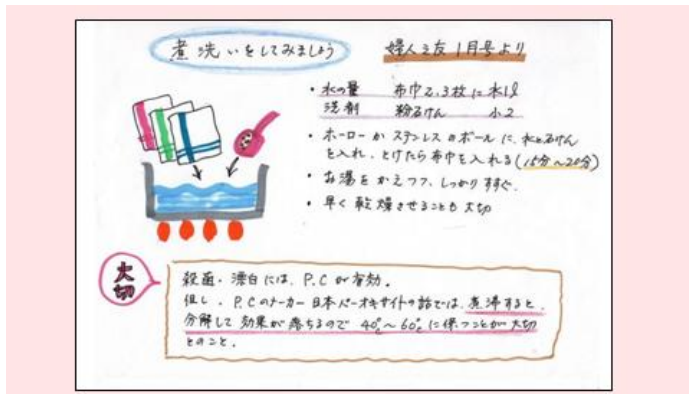
スライド（婦人之友）



方面全体では、23人が婦人之友1月号で特集された布巾の持ち数に近い枚数でした。8枚~11枚の持ち数の人が多く、その内訳は食器・器具用2~4枚、調理用3~4枚、台拭き3枚でした。

次に毎日の洗い方についてですが、水洗いでいいのか、また何回使ったら洗うのかなど皆知りたいという質問があったので、どんな洗い方をしているのか話し合いました。

スライド（洗濯の絵）



その結果、手洗いで石けんを使っている人33人・洗濯機で洗う人15人・手洗いと洗濯機両方の人8人で、毎日洗う人がほとんどでしたが、2~3日分をまとめて洗うという人もいました。

殺菌については「煮洗い」が一番多かったです。布巾は、毎日の食事作りに深くかわりがあり、清潔で気持ちよく使うためにはどうしたらいいのか工夫している人たちの話を聞いてみました。

煮洗いは、婦人之友1月号にも載っているように、ホーロー鍋やステンレスのボールに布巾2~3枚に水1リットル粉せっけん小さじ2を入れとけたら布巾を入れ15~20分弱火で煮ます。漂白に関しては、PCが有効です。ただし、PCメーカーの日本パーオキサイトに確認しました所、PCは煮沸すると分解して効果が落ちるので40~60℃に保つことが大切ということでした。この話を聞いて、「鍋帽子を使って漂白してみた」という人も何人かいて、真っ白になったそうです。

またIさんはお料理を始める時、調理台に捨て布と紙を入れた箱を出しておき、それで醤油や油などをさっとふき取ると台布巾はほとんど汚れないので洗う時に助かるとのこと！使い終わったら箱も片付けるという事を聞き、誰もがすぐ出来ることなので帰ってすぐに実行した人もいました。

同じようなアイデアで、トイレトペーパーの中芯をくりぬいて、手作りのカバーをかけて便利に使っていることも教わりました。

スライド（写真）



思い出の服の布をリフォームした物や残り毛糸で作った物もあります。後で展示をご覧ください。ちょっとした工夫でシミを作ったりするのが防げ、無駄に洗剤を使わなくても済むのですから心掛けたいです。この調べをして、環境にやさしく暮らすことをいつも忘れてはいけないことを学びました。分解しない油を土に埋めたり、洗剤など下水に流すと環境汚染につながることも心にとめて煮洗いや漂白剤の使用は気になるときだけにしたいです。

整理収納を始めて、皆がこの励みに参加したことで更に次々と整理することに弾みがついています。

今回は、整理収納から少し離れた勉強になりましたが、器具調べをすることで油の事や布巾の勉強が深められたよいきっかけになったと思います。

これからの勉強は、「リサイクルに出す牛乳パックやトレーの置き場を決めたい。」「保存容器などの収納容器の整理をしたい。」など、具体的な課題が次々と出てきました。方面のみんなのいろんな知恵やアイデアを出し合って勉強を深めていきたいと思います。H.K