いろ・こころ・すまい

おもちゃの片づけチェックリスト

仕組み作りチェックリスト

□おもちゃの定位置を決めている

戻す場所＝おもちゃのお家です。家がなければ帰ることができません。

□子どもの手の届く高さを知っている

子どもが使いやすい範囲は意外と狭いので確認を。筋力もチェック！

□おもちゃは購入時の箱から出して
おもちゃ用のケースに収納している

購入時の箱は売ることが目的のため、おもちゃ収納には適していません。

□子どもがわかる方法でラベリングをしている

字が読めない年齢なら絵や写真で表現する工夫があるといいですね。

□おもちゃを買う前に「どこに収納するか？」を
考えてから買っている

買う前に熟考する習慣をつけなければお部屋にものが増殖します。
子どもに問いかけることは、「定位置決め」の必要性を伝えるチャンス！

こどもとの関係性チェックリスト

□子どもの今のブームや好きなものを知っている
子どもの価値観をしることが良好な関係性の土台です。

□壊れたり、使わなくなったおもちゃをこどもと一緒に捨てている
ゴミ箱に入れる体験をすることでモノとの関係性を学びます。

□片づけた後に、子どもが喜ぶ言葉で褒めることができる
「私が言われて嬉しい褒め言葉」ではないところがポイント！

□「ダメ」という言葉を使う自分なりのルールを持っている
明確な線引きをしておくと、子どもの自尊心を傷付けません。

□家のルールやきまりを決めるとき、
子どもの意見も聞くように気をつけている
あなたにとって好ましい意見や、本人のアイディアが出なかった場合でも、
家庭運営に必要なテーマについて話す「場」を作ることで
責任感や社会参加、社会形成の意欲を育むことができます。

～ご挨拶～

このたびは
「おもちゃの片づけチェックシート」を
ご覧いただきありがとうございます。

いかがだったでしょうか？

「お片づけ」は、子育てのお悩みの
トップ３に入ると言われているくらい、
多くのかたが悩んでいる分野です。

この特典を受け取ってくださったあなたも、
お子さんのお片づけに関して
解決したい何かをお持ちの方だと思います。

子育てをしていると、
食事や習い事、勉強、お友達との関わりなど
さまざまな問題が浮上してきますよね。

そんななかでも「お片づけ」は、
他とは違う特徴があります。

習い事や勉強、
お友達関係といったものは
「場」が限られていたり
「期限」がありますが、
片づけは人生でずっと続くことなんですね。

人は必ずモノを使って生きています。

人の価値観はそれぞれなので、
所有しているモノは
その価値観によって違いますが、

「使うものを管理する」という片づけは
私たちの暮らしと切り離すことはできません。

お片づけができるか、できないかで、
人生の質が変わってくるということは
すでにあなたもお気づきだと思います。

ここまで読んでくださっているあなたは、
どのようなお片づけのお悩みを
お持ちでしょうか？

収納用品は星の数ほどありますし、
ネットを検索すれば数多くの
「お片づけのメソッド」と言われるものを
見つけることができるでしょう。

ですが、多くある情報から
あなたや家族に合っているもの、
正しい方法を選ぶことって難しいですよね。

ご家族の中でもっとも
お片づけに興味があり、
そして熱心に取り組もうとされている
あなただからこそ、

「自分のものは自分で管理する」という
本質があるのに片づけてくれない
家族にイライラしたり、

時には、

片づけられない自分と、
散らかっているお部屋にもどかしさや
辛さを感じていらっしゃるかもしれません。

でも、そんななかで、
現状を諦めてしまうのではなく、

「お片づけをして
　毎日過ごす空間を整えたい」

「同じ空間で暮らす家族や自分のために
　心地よいお家をつくりたい」

「子どもが育つ環境を
　自分の手で良いものに
　変えていきたい」

あなたは、そんな気持ちを
お持ちではないでしょうか。

申し遅れました、
わたしは藤井ふみ子と申します。

たった３つの質問をするだけで
捨てられない潜在意識にある
ブロックを見つけ出し、

訪問なし、
お部屋に招くことなく身につけられる
『お片づけマインド』を通して

子どもの生きる力と
家族の助け愛を育む

モノとココロのお片づけの
専門家です。

お片づけや家族関係でお悩みの方が
自然体で幸せに暮らせるようになる
お手伝いをしています。

私自身、出産後に爆発的に増えた
子どものモノの量と、
そのスピードに圧倒された一人です。

家事と育児に追われる毎日のなかで、

「どうやって子どもに片づけを教えたらいいの？」

と悩んだことが、整理収納や心理学の
勉強を始めるきっかけになりました。

今では大阪府北摂地域の
子育てサロンや自治体の支援センターで
０～２歳児ママ向けのセミナーをしたり、
オンラインでお片づけのお手伝いをしています。

場所が違っていても、
私がお会いする女性はみんな
ご家族のことを真剣に考えて
いらっしゃると感じます。

子どもがお片づけできるようになるには
様々な親のサポートや導きが必要で、
それは物理的な部分から
心理的な部分まで多岐にわたります。

ですが、大人であっても
意識をむける事柄、
取り組むべき対象が多すぎると

「どれから取り組んだら
　いいかわからない」

と迷って行動に
うつせなかったり、

「これも、あれも、できなかった」

と、低い自己評価につながって、
あなたの想いを実現させる方向と
真逆になってしまいかねません。

ですから、このチェックシートは
私が１７０人以上の０～４歳児ママの
お片づけのサポートをしてきた経験から、

大切だと思うものを
広い範囲でピックアップして
作成しました。

このシートが、
あなたの気づきや発見につながり、
こうして貴重な時間を割いて
読んでくださっているあなたや、
あなたの大切なお子さんの笑顔を増やせる
お役に立てれば幸いです。

そして、もしかしたらあなたは、
シートが「仕組み作り」と「関係性」に
分かれていたことにお気づきかもしれません。

実は、お片づけというシーンでは
多くの方が家具や収納用品といった
目に見える物理的環境を変えることを考えますが、
子どもが片づけられるようになるには
物理的環境と同じくらい、もしくは
それ以上に「関わり方」が大切なんです。

子どもが
「この場所から、あの場所へ
　モノを移動させる」

これはとてもシンプルな行動です。

シンプルな行動だからこそ、
「どうしてしてくれないの？」と
もどかしさを感じるんですよね。

ですが、この
一見シンプルに見える行動を
子どもがしてくれるようになるには・・・

子どもの個性や、生活リズム、
こどもの発達に合わせた
適切なアプローチが必要なんです。

「仕組み」と「関わり方」
あなたは、どちらのシートに
チェックが多くついたでしょうか？

チェックが入らなかった項目は、
「あぁ、できてなかった」
とお思いになるかもしれませんが、
こう考えてみてください。

「これだけの伸び代がある」と。

いままでしていなかったことに取り組めば、
それだけ大きな変化が期待できます。
あなたも、お子さんも。

発明王として多くの
発明品を残したエジソンは、

それまで数分しか光らなかったために
生活に取り入れられなかった白熱電球の
フィラメントに適した材料を見つけるのに
何千回とテストをしました。

幼少期のおもちゃや絵本という
「目に見えるもの」を管理する力が、
将来、お子さんの人生を大きく変えます。

１年後、５年後、１０年後、、、
時間や人間関係や仕事といった
「目に見えないもの」をどのように
お子さんが自分らしく選び、創っていくのか。

目に見えるモノの量が多ければ
私たちは「片づいていない！」と思いがちですが、
お片づけを長期的な目線で捉えると、
今のあなただからできること、
お子さんと長く接しているあなただからこそ
見つけられることがあると思います。

そして、私からあなたにちょっとした
お願いがあるので聞いてください。

今回のチェックシート、ぜひ
「あなたが既にできているところ」にも
目を向けて欲しいんです。

ご自身のことを
「これができていない」と評価して
減点する代わりに、

「ここまでできている」と、
他のだれでもなく自分自身が認めること。

そして、現状を客観的に見ることは
子育てのシーンでは非常に
大きな力になります。

あなたの毎日が、お片づけを通して
充実して楽しいものになりますように。

ここまでお読みくださり
ありがとうございました。

自分や家族のために
お片づけを頑張るあなたを
応援しています！

藤井ふみ子

著作権について

このコンテンツの全部又は一部をいかなる手段においても
複製、転載、流用、 転売等することを禁じます。

書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。
著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、
見解の変更等を行う権利を有します。

この特典を利用することにより生じた
いかなる結果につきましても、
著者は一切の責任を負わないことをご了承願います。

発行者情報

著者　藤井ふみ子

ホームページ
https://iro-kokoro-sumai.com/

公式LINE
https://lin.ee/6C9qB9J

いろ・こころ・すまい