



## 暮らしの価値観も整理

北見市で部屋の片付けを支援するサービス業「くらしオーガナイズひとつぼし」を、個人で営む。オホーツク管内各地で講演も行い、物をただ捨てるので

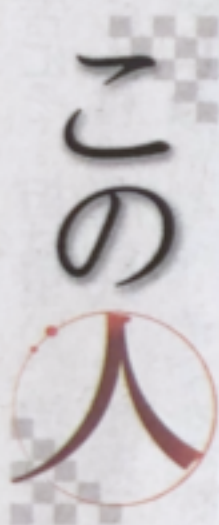
はなく、片付けを通じ「何が大切か」「理想の生活とは」と暮らしの価値観を見直す大切さを説く。「室内の空間だけでなく思考も整え、日常を楽しくするお手伝いがしたい」と力を込める。

2016年に起業。自身が片付けに苦しんだのがきっかけだった。夫の転職で01年に札幌から移住。2人の娘の育児と家事

とパートで八方ふさがりとなり、体調を崩した。家の中には衣類やごみで足の踏み場がないほどに。義母に付き添われ部屋を片付けると「心にも余裕ができて、家族への感謝を感じられるようになった」と思い返す。

日本ライフオーガナイザー協会(大阪)認定のライフオーガナイザーとメンタルオーガナイザーの資格を持つ。これまで受けた依頼や相談は約30件。「何から手を付けて良いのか」といった悩みが多く、まずその人の日常や理想の生活を詳しく聞き、片付け方法を提案する。一つの棚の収納法の見直しから始めるなど、小さな成功体験の積み重ねで、習慣化を後押しする。

同業者2人と座談会形式で勉強会なども開催する。「片付けできないのは家の事情と抱え込まず、相談して」。問い合わせは我妻さん ☎090・3778・5369へ。(古市優伍)



北見