

「サマリーポケット」の“捨てない整理収納アドバイザー”による 初の書籍『捨てない片づけ』3月20日発売！

断捨離でも、ミニマリストでも、ときめきでもない！新しい捨てない片づけ術

スマホ収納サービス「サマリーポケット」を運営する株式会社サマリー（本社：東京都渋谷区、代表取締役：山本憲資）は、当社の捨てない整理収納アドバイザー・米田まりなが執筆した書籍『モノが多い 部屋が狭い 時間がない でも、捨てられない人の捨てない片づけ』（株式会社ディスカヴァー・トゥエンティワンより出版）が、3月20日より全国書店にて発売されることになりました。

また今なら、本書ご購入者限定でサマリーポケットが最大6か月無料になるキャンペーン特典を掲載。本書ご購入のその日から”捨てない片づけ”が実践できます。

「サマリーポケット」公式サイト：<https://pocket.sumally.com/>

でも、捨てられない人の
「仕組み」
片づけ戦略

モノを愛する人のための
「仕組み」
片づけ戦略

「この本を読んでオートマチックに
身軽生活を身につけよう」
堀江貴文氏推薦！

6か月
無料利用
チャンス
GET

「サマリーポケット」サービス
話題のスマホ収納サービス

モノが多い
部屋が狭い
時間がない

米田まりな

「整理収納意識×モノへの愛情度」であなたの望む暮らしが分かる

昨今、「片づけ」ブームになっていることもあり、テレビや雑誌、本などから、さまざまな片づけ方を試すことができます。しかし、やみくもに新しい方法を試すよりも、まずは自分の「片づけタイプ」を知ることが大切です。「整理収納意識」と「モノへの愛情度」で自分と、自分を取り囲むモノとの距離感は4タイプに分けられます。

本書では、自分に合う片づけの仕組みを見極める方法をご紹介します。モノが多くても、家が狭くても、片づけが苦手でも、捨てられなくても、大丈夫です。自分に適した方法を実践することで、持続可能な片づけができるようになります。

モノへの愛情が高く、整理収納意識が高い	モノへの愛情が高いけれど、整理収納意識は低い	モノへの愛情が高く、整理収納意識も低い	モノへの愛情が高く、整理収納意識が高い
<p>カリスマ収納職人</p> <p>【整理収納意識】 高い 【モノへの愛情】 高いモノが多い 【生活】 スッキリ暮らしたい 【整理収納】 モノは多いけれど、上手に整理されている 【整理収納のポイント】 さまざまな収納テクニックやグッズを使い、細目片づけ</p> <p>愛 するモノが多くなり過ぎて、手放すのはしたくない。そして、スッキリ暮らしたいという思いもあるためモノの片づけに意識を向けているのがこのタイプの方。「収納術」ブームを牽引している方々もこのタイプです。整理術と並行して、少しサボった部屋がめちゃくちゃになってしまった一途で、このタイプの片づけに時間をかけている原因は、家の中心に、物理的にモノが多いこと。つまり、モノの向き合いと整理方法の両輪もあわせて考えなければなりません。</p> <p>理想は、週末30分、家族みんなで協力して、サクッと片づけが終わる状態。毎日の片づけから離れて、自分がやりたいことにチャレンジしたい。機会になります。</p>	<p>秘密基地住人</p> <p>【整理収納意識】 低い 【モノへの愛情】 高いモノが多い 【生活】 モノの愛を表現したこだわりの空間 【整理収納】 モノが散らかりがちで、探し難くても気にせず使っている。掃除の頻度も減らして、片づけが苦手な人。モノを片づけることに抵抗がある。 【整理収納のポイント】 モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。</p> <p>モ ノへの愛が高く、多趣味だったり、好きなものが溢れ溢れしているのがこのタイプの方。まずは、まるで「建てる本屋」や「インテリアショップ」のように、好きなモノであふれた部屋は、楽しく暮らす反面、掃除がしにくいなどの不都合もあります。でも、それが我慢できるレベルのもの。【本に不便だけど、でも、居心地がいい……】と、モチベーションが湧きあがり、モノの多い中でも、片づけに一歩踏み出すことができます。</p> <p>最初に、一気に片づけるのは、数日後に大掃除した時、反動で買い込み、片づける前日モノが増えてしまう、なんてケースも。</p> <p>このタイプの方が最初に力を入れてほしいのが、片づけに対する「マインドセット」です。「自分とはどんな部屋を目指したいのか」を明確にして、マイペースにおよび家をつくらせていきます。</p>	<p>ゴミ館仙人</p> <p>【整理収納意識】 低い 【モノへの愛情】 低いモノが多い 【生活】 モノの愛を表現したこだわりの空間 【整理収納】 モノが散らかりがちで、探し難くても気にせず使っている。掃除の頻度も減らして、片づけが苦手な人。モノを片づけることに抵抗がある。 【整理収納のポイント】 モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。</p> <p>ゴミ 「ゴミ」に関しては、落ち込む必要は全くありません。なぜなら、このタイプの人の課題は、本能的に、短期間で見えないように変わらなから、心のどこかで「すべてはまただから、いつか全部なくなってしまってもかまわない」と思っているから。もしもあなたがゴミ屋敷に住んでいるならば、約180のモノの整理で、モノをどうにか処分して、「自由になった心」を享受しましょう。「モノを片づける」は、大きな目標でも、小さな目標でもありません。【ゴミ】が多い人、人は不幸になりません。まずは時間、減らされるだけ捨てれば、見える世界が少し変わります。</p> <p>ただし、ゴミを取り除きはじめれば、モノへの愛は思い出すことも、その後のステップは、「秘密基地住人」として、ゆるゆる、じっくり片づけていきます。</p>	<p>ミニマリスト</p> <p>【整理収納意識】 高い 【モノへの愛情】 低い 【生活】 シンプルで無駄のない暮らし 【整理収納】 モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。モノを片づける必要はない。</p> <p>日 々整理収納へ意識が向いていて、モノの少ない環境に住むのがこのタイプの方です。「使った」を前提にモノを持ち、「暮らしやすさ」を最優先にされているので、部屋はいつでも機能性、家の中のモノの配置はすべてを整理し、使ったから片づけるだけで、モノを片づける必要はほとんどありません。モノを片づける必要はほとんどありません。モノを片づける必要はほとんどありません。モノを片づける必要はほとんどありません。</p> <p>この本で有名な著者を目指すには、定期的にモノの置き方を見直し、整理し、そして部屋が整理されたとしても、「使いやすさ」を重視し、改善を繰り返しましょう。</p> <p>本書の「モノの置き方」および「整理収納」は、重要なポイントだ。だからおすすします。</p>

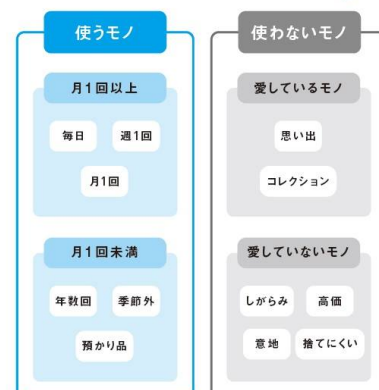
■ “捨てない片づけ”のポイントは、「使用頻度」と「愛」でモノを分類すること

1つひとつのモノに所有する意味を定義することができれば、モノをさまざまな収納方法を駆使して、適切な場所に収めることができます。すべて自分の手で触れ、1つひとつのモノに「自分がそのモノを所有している意味を書いたラベル」を背番号としてつけていきます。

背番号をつける1つめの軸としては、大きく「使う」「使わない」で分類します。「使うモノは左へ、使わないモノは右へ」と、場所を意識しながら仕分けていきます。2つめの軸は「愛」です。1つめの軸で「使わない」と判断されたモノを、「愛している」「愛していない」の背番号で分けていきます。こうすることで、自分と1つひとつのモノとの距離感が定義づけられ、収納場所の判断が明確になります。時間が経っても、背番号によって迷うこともなく、片づけがスムーズに行うことができます。

さらに使用頻度で細かく分類し、よく使うモノから順に、手の届きやすい場所に定位置を決めていきます。忙しくても散らからない収納術や、片づいた部屋をキープする技まで、幅広く紹介する1冊です。

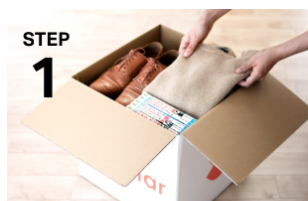
1つ1つのモノに
「背番号」をつけていく



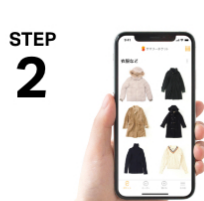
■ スマホ収納サービス「サマリーポケット」の活用で、さらにお部屋スッキリ！

1箱250円～のお手頃価格で、モノの預け入れから取り出しまで全てスマホ・PC で完結できる宅配型の収納サービス。専用ボックスに詰めてお送りいただいたお荷物は、保管のプロ・寺田倉庫にて空調とセキュリティを管理した空間で大切にお預かりします。

さらに預けた荷物は倉庫スタッフが一点一点写真撮影・リスト化し、スマホ画面でいつでも確認できるので「何を預けていたっけ？」と、荷物の存在を忘れることはありません。



STEP 1
専用ボックスにアイテムを詰めて送るだけ



STEP 2
倉庫スタッフが一点一点撮影。預けたモノはスマホで管理！

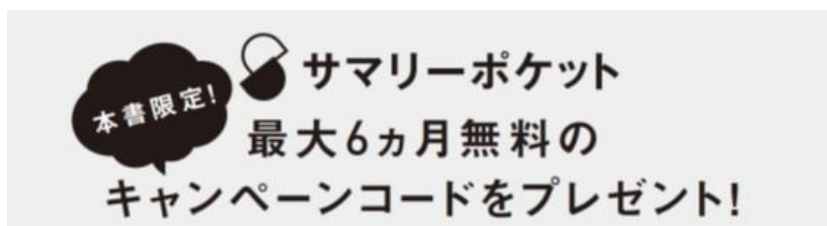


STEP 3
PC・スマホからいつでも簡単に取り出し可能

荷主自らが足を運ぶ従来のトランクルームとは異なり、宅配を活用する「サマリーポケット」は荷物を送る住所を自由に指定することができます。片づける時間が取れない忙しい人でも専用ボックスに入れるだけでお部屋をスッキリできる「時短収納サービス」として活用いただけます。“収納をクラウド化”することでスペースが無限に広がる、新しい所有の在り方をご提案しています。

■ 本書ご購入者限定のサマリーポケット特典付き！

本書を読んで、もっと徹底的に捨てない片づけをしたい！という方のために、巻末にはサマリーポケットが最大6ヵ月無料になるキャンペーンコードを掲載。過去最大のキャンペーンは本書だけの限定特典です。お見逃しなく！



※利用期限:2021年3月31日まで。※初めてご利用いただく方、限定のキャンペーンです。※ボックスのお取り寄せ時、クーポンコードを入力してください。※1,650円分のポイントをプレゼントいたします(ボックス保管料が最大6ヶ月分無料)

【目次】

あなたはどの「片づけ」タイプ？

はじめに

PART 1 なぜ、私たちの家は片づかないのか

PART 2 さあ、片づけをはじめよう

STEP1:「捨てない片づけ」見積もりとスケジューリング

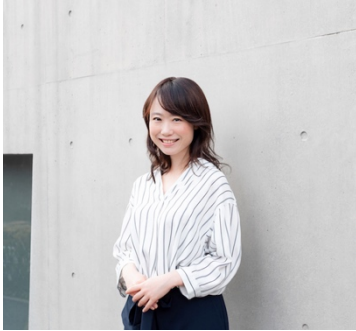
STEP2:「整理」ひたすら定義し、分類しつづける

STEP3:「収納」定位置を決めて収納する

PART 3 片づいた部屋をラクに維持しよう

おわりに

【著者情報】



米田 まりな(こめだ まりな)

整理収納アドバイザー1級。モノを愛して捨てられない人に「捨てなくても片づく」仕組みを考案。Twitter や note で「捨てない片づけ」を発信。

はあちゅうさんの自宅にも片づけでお伺いしたことも。

(https://note.com/ha_chu/n/nf73e7e113981)

東京大学経済学部を卒業後、住友商事(株)に入社。現在は、スマホ収納サービス『サマリーポケット』を展開する(株)サマリーに出向し、データアナリストとしてデータ解析を担当。

Twitter: @komedamarina

note: https://note.com/m_komeda

【書籍情報】

タイトル:『モノが多い 部屋が狭い 時間がない でも、捨てられない人のための 捨てない片づけ』

発売日:2020年3月20日

刊行:ディスカヴァー・トゥエンティワン

仕様:四六判・ソフトカバー/280ページ

ISBN:978-4-7993-2595-7

本体価格:1,500円(税抜)

【本書のご購入はコチラ】

Amazon:<https://www.amazon.co.jp/dp/4799325957>

楽天ブックス

セブンネット

■ ご取材 調整可能 事項

- ・整理収納アドバイザー 米田まりなへの取材
- ・(株)サマリー 代表取締役社長 山本への取材
- ・(株)サマリー 取材
- ・サマリーポケット ユーザーへの取材
- ・サマリーポケット 保管倉庫への取材

その他事項に関しましても調整可能です。下記、問い合わせまでお願いいたします。

■ 株式会社サマリー 会社概要

- ・事業内容: Sumally・サマリーポケットの開発・運営
- ・設立:2010年4月1日
- ・代表:山本 憲資
- ・主要株主:三菱地所・住友商事・寺田倉庫 他
- ・URL:<https://pocket.sumally.com/>

※本リリースに使用している画像素材は、こちらからダウンロードをお願いいたします。

またご紹介の際、ご一報いただけますと幸いです。

[＜https://sumally.box.com/s/ifz0z3nqv7i656c4d442t6okwhqvyln＞](https://sumally.box.com/s/ifz0z3nqv7i656c4d442t6okwhqvyln)

本件に関するお問い合わせ先

サマリーポケット PR 担当: 清水 MAIL: press@sumally.com

