



Necco 当事者研究会報

「Necco 当事者研究会」は
2011年8月—2015年8月
の4年間の名称です。

日時：2011年 9月 28日 15時～17時 9月昼の部

場所：Alternative Space Necco 3階（東京都新宿区西早稲田 2-18-21 羽柴ビル 301 TEL/FAX:03-6233-7456）

参加者：16名（あやや；神崎；めい；ココーテ；みやび；きゆうざき；ジャージ；杉坂現象；にゃんまげ；大橋；金子；美也；ナツツ；つづき；他2名）

テーマ：「片づけられない」ってどんな感じ？

5人の参加者が汚部屋（おべや）写真を披露しながら「どんな風に片づけられないのか」を説明し、そのあと他の参加者も自分の片づけられなさや工夫について語りました。その結果、今回は「片づけられなさ」の理由として大きく以下の5つの傾向に分かれました。こうしてみると、片づけられない理由はさまざまです。一言で「片づけの支援をお願いします」と言っても、「思い出し過ぎ」傾向と「忘れ過ぎ」傾向では全く異なる支援方法になるかもしれません。人に伝える時は「自分はどんなタイプの片づけられなさなのか」を具体的に考えておくとよさそうです。

片づけられない理由 1 思い出し過ぎ

- ・物に付随する記憶を思い出ししてしまう
- ・愛着があるので捨てられない
- ・ものが自己紹介してくる
- ・物に支配されている
- ・物の背景に思いを寄せて、思い出を反芻
- ・思い出、過去の経験が増えて、年齢と共に片づけられなくなってしまう
- ・無限の空間なら博物館みたいに陳列したい
- ・思い入れのあるもの⇒ピアノの上
⇒弾くときはサッと全部落とす



片づけられない理由 5 分類できない

- ・どうしてもカテゴリー分けができないものが生じる
- ・いる／いないが分別できない
- ・近々使うがいつかはわからない⇒「こうしよう」と決められない
⇒不安なので近くに置いておく
- ・近々読む図書 ⇒重たい気分 目の届くところへ置いておく
⇒完了形になって忘れてしまう
- ・ノートはひらきっぱなし ⇒ いずれやろう
- ・壊れたパソコンモニター いつか修理しなきゃ。でも面倒
⇒置き場所わからない⇒2か月放置
- ・予定の決まっていないもの、気分が重くなるものは後回し。
- ・必要以上に分類しようとしすぎてファイルだらけに。
⇒結局ファイルの置き場がなくなった。
- ・「全部大事」と思って捨てられない



片づけられない理由 2 忘れ過ぎ

- ・片づけるとしまった場所を忘れる
⇒出しておいた方がいい
- ・見えない収納だとわからなくなる
- ・たいせつなものほどしまうので見つからない
⇒捨ててないので必ずあるが、一日中探し物
- ・だいたいこの辺にある、というイメージはあるが、忘れていて探しまくり。見つければいい。
- ・すぐ仕事に集中するので他のことを忘れる
⇒作業してはпой。ふと気づくと山積み。



片づけられない理由 その他

- ・自分の身体のケアや目の前の日常生活で精一杯。
 - ・虫の死骸が怖くて片づけられない⇒虫が増える⇒片づけられない
という「虫ループ」
- ⇔物からは何も言われないのでファシズム的に命令できるので片づけられるが、人相手だとできないので人が片づけられない。
人に対しては混乱、不安、があり決められない。

片づけられない理由 3 買い過ぎ

- ・金額を考えずにペットボトルだけで
1日5、6本くらい買ってしまふ。
- ・買う時に店員にとっていい人になれた気がするから
たくさん買ってしまふ
- ・ヤフオクにとりつかれて買い過ぎ。
- ・ジャンクパーツをコツコツ買い溜めるコレクター



どんなふうに分を助けている？

- ・引っ越し
- ・他者の助け—ヘルパーさんを利用する／人を呼ぶ／人と暮らす
- ・リモコン4つをひもでくっつけてどれか見つけると全部出てくる。
⇒芋づる式の名づけて「イモコン」。
- ・「迷ったら捨てる」をやっている。
- ・「使うかもしれない」は6割なのでそれを減らす努力をしている。
- ・養生テープで置き場所を貼り、気に入らなければまた変える。
- ・文字でありかをわかるようにしている。
- ・「買わない、増やさない」でブロック。
- ・定位置を決め、大切な物は守る。
- ・いらぬもの箱をつくる。
- ・いつでも出張に行けるよう準備⇒貴重品がまとまるようになった。



片づけられない理由 4 収納場所を作れない

- ・本棚にサイズ、厚さがおさまらないと
気に食わず、どこにもおけなくなる⇒ちらかる
- ・物をしまう場所が決められない
- ・新しいものはしまう場所が決まっていな