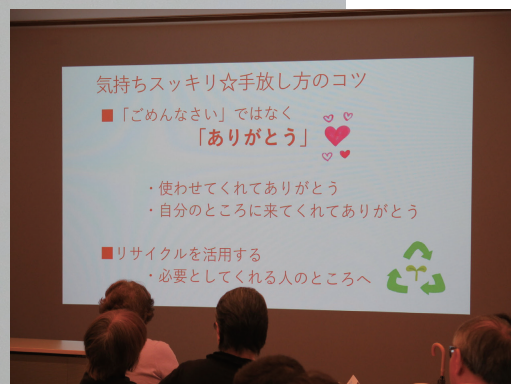


知念亜希先生。  
わかりやすい  
説明で参加者から  
好評でした



6つのグループに分かれた参加型のセミナー



スッキリ捨てるコツ

## 「ごめんなさい」ではなく、「ありがとう」の気持ちでモノを手離しましょう

「ゆいま～るセミナー」  
知念亜希先生に聞く

### 住み替えとお片づけ

60歳を過ぎたら考えたいこと

今は元気だけれど、あと5年、10年したら……と  
思うと心配。自宅の庭の手入れも出来なくなりそう。  
部屋の掃除も億劫だ。万が一の時の安心がほしい。  
思い切つて元気なうちに住み替えたい。そう思つても、  
いざ引越しとなると、片づけが重くのしかかる……。  
そんな多くの声に答えて、「ゆいま～るセミナー」

——住み替えのためのお片づけ」を5月23日、ソーネホール  
(ゆいま～る大曾根1階)にて行いました。講師は、  
テレビでもおなじみの生前整理診断士の  
知念亜希先生。当日は小雨の降るあいにくの  
天気にもかかわらず、飛び込みの方もいて  
34名の皆さんと参加型のユニークな  
セミナーとなりました。

まずは、知念先生から「生前整理  
理というのを思い浮かべますか  
？」という質問。「まだ、早い、や  
り方がわからない、もう取り組ん  
でいるなど、自由にグループで話  
し合ってみましょう」ということ  
で、あらかじめ6つのグループに  
分かれている参加者同士で意見を  
出し合っていました。「4人家  
族で4LDKだけれど、リビング  
を夫婦のスペースとして使うなど、  
1部屋で過ごすようになった」と  
語る50代の女性。徐々に荷物を整  
理しているようです。60代の男性  
は、「片付けをやっているところ  
断捨離を妻と話し合いながらして  
います」と話します。「親の荷物を  
どう整理するのか、どう切り出し  
たらいいか」という40代の女性も  
いました。

グループで意見が出し終わると、  
知念先生から、なぜ今お片づけが  
必要なのか理由が明かされました。  
それは、お片づけには、決断力、分  
別力、物の管理力、体力が必要で  
ある。この「力」があるうちには

見学会に知念先生も同行してくれました



## 居住者と社長の懇談会 一緒に困りごとを 解決していきましょう!



5月7日、ゆいま〜る大曽根1階フロントにて第1期の居室に暮らす皆さん10名と、弊社社長高橋英與との懇談会が行われました。今回で3回目となり、活発に意見が交わされました。ゆいま〜るシリーズは、居住者とハウスタッフによる運営懇談会を定期的に開くなど、居住者主体のハウスづくりを心がけています。良いことも悪いこともオープンに出し合い、解決策を探っています。

弊社社長高橋からは、「すぐに解

じめるのがよいのだそうです。そして、3つのポイントを教えてくださいました。

- 整理とは、いるものだけ、使っているものだけにすること。
- 整頓とは、ルールごとに分類すること。仲間を作ること。
- 収納とは、出し入れしやすい場所に定位置を決めること。

たとえば、暮らす人の人数の変化に合わせて食器の数を調整するとか、体の変化に合わせて物を高いところから低いところへ移すとかです。

何年も使わない物は、やがて「負の財産」となってしまう。とはいえず、なかなか物の整理が思い切れないという方は、「ごめんなきいではなく、ありがとうの気持ち

で」と知念先生。使ってくれてありがとう、うちに来てくれてありがとうと気持ち切り替えることが手離すコツだそうです。

生前整理とは、「モノ」「心」「情報」の整理を通じて、今をよりよく生きるための手段なのだ学びました。参加者からは、着物の整理やひな人形の処分など、具体的な質問も出ました。セミナー終了後の見学会にも知念先生が同行され、収納のポイントなど説明していただきました。

ようやく住み替えが決まっても、いざ引越したとなると憂鬱になるもの。ゆいま〜る大曽根でも、引越し作業で疲労骨折を起こしてしまった居住者が4名もいらっしゃいます。

### お片づけ相談会

6月27日(水)  
7月25日(水)  
13:30 ~ 15:00

[お問合せ]  
ゆいま〜るフロント  
0120-155-273

参加者からは、「参加してよかった」「不安だったけど気持ちが楽になった」と好評でした。

さて、ゆいま〜る大曽根では、これから毎月第4水曜日にお片づけ相談会を開催します。どうぞ、お気軽にお越しください。

決できること、解決に時間がかかることがあります。が、公社や自治会と関係を築きながら、またわっぱの会とも連携を深め、進めたい「我々と皆さんとで知恵を出し合いたい」との話がありました。

ゆいま〜る大曽根では、今後も居住者の皆さんとともに問題を話し合い、解決していきます。

\* ゆいま〜る大曽根1階の「コミュニティスペース「ソーネおおぞね」」を運営している特定非営利活動法人。

### 「ゆいま〜るセミナー」のお知らせ

## サービス付き 高齢者向け住宅とは そもそも自立型のサ高住って何?

高齢者住宅の相談は数千件!! 米沢なな子先生



サービス付き高齢者向け住宅って、有料老人ホームや介護付老人ホームとどう違うの? 自立型、介護型、住宅型など、種類は様々。これまで4500件もの相談を受けてきたプロに高齢者住宅の「イロハ」を学びましょう。

●日時…6/11(月)13:30~15:00 ●場所…ソーネホール A・B(大曽根併存住宅1棟1階「ソーネおおぞね」内) ●講師…高齢者住宅情報センター 大阪センター長 米沢なな子さん ●定員…30人 ●参加費…無料 ●お問合せ・お申し込み…ゆいま〜るフロント 0120-155-273

5月17日夕刻、大曽根併存住宅2棟の一般住戸で火災が発生しましたが、幸いみなさん無事でした。

状況報告は→ <http://yui-marl.jp/blog/archives/19267>

# ゆいま〜る大曽根 第2期オープン迫る!

現地見学会  
▶▶ 毎日開催

お申し込み  
お問合せ  
ご相談

フリーダイヤル  
ホームページ

0120-155-273

<http://yui-marl.jp/ozone/>

〒462-0810 愛知県名古屋市中区山田 二丁目11番62号 大曽根併存住宅1棟1階

7月6日  
オープン  
記念式典&  
入居者と  
語る会