

服を最大限に活用する
エシカル・オーガナイズ

5

買い方

鳴門教育大学 坂本有芳

徳島お片付けラボ

ライフオーガナイザー

竹内真理

藤原百理

今柴知子

とくしま政策研究センター

「令和3年度委託調査研究における消費者教育推進のための実証的共同研究」

クローゼット、オーガナイズしてどうだった？

すぐに着なくなってしまった服って
考えてみたら、何だか同じような理由だったわ。



カル子

うんうん
分かる分かる



エシ子

今回、活用できない服は思い切って手放したの。

すごい、決断したじゃない。
すっきりしたでしょ？



うん、クローゼットはすっきりしたよ。

でも...

えーん...



私って、活用できない服のお陰で
一体、何円ムダにしたんだろう...

#SUSTAINABLEFASHION

家庭から手放される衣服の量は年間約75万トン、
うち約50万トンがごみとして廃棄されています。



再資源化 **5%**
24,000t

焼却・埋め立て **95%**
484,000t

ごみに出された衣服が
再資源化される割合はたった5%ほど。
服を資源として再活用することが求められています。

お金もそうだけど、
環境負荷も相当だしね。



#SUSTAINABLEFASHION

家庭から手放される衣服のうち、
リユース・リサイクルされる割合は約34%
残りはごみとして処分されます。



もし残りの全ての衣服が回収され、
リサイクルを経て原材料に再供給された場合、
最大で年間約2,500万トンのCO²排出量が削減できます。
これは東京都における年間のCO²排出量の
約4割に相当します。

リユース・リサイクル
もどんどん進めなきゃ。

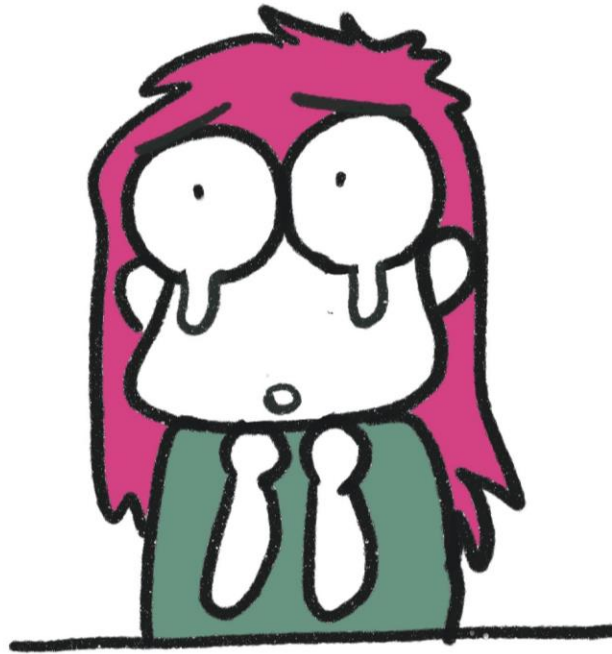


わかるわかる

私も自治体のリサイクルに出したよ。

今のところ・・・

でも、ものすごい量で、処理が追い付かないから、結局は焼却処分みたい。

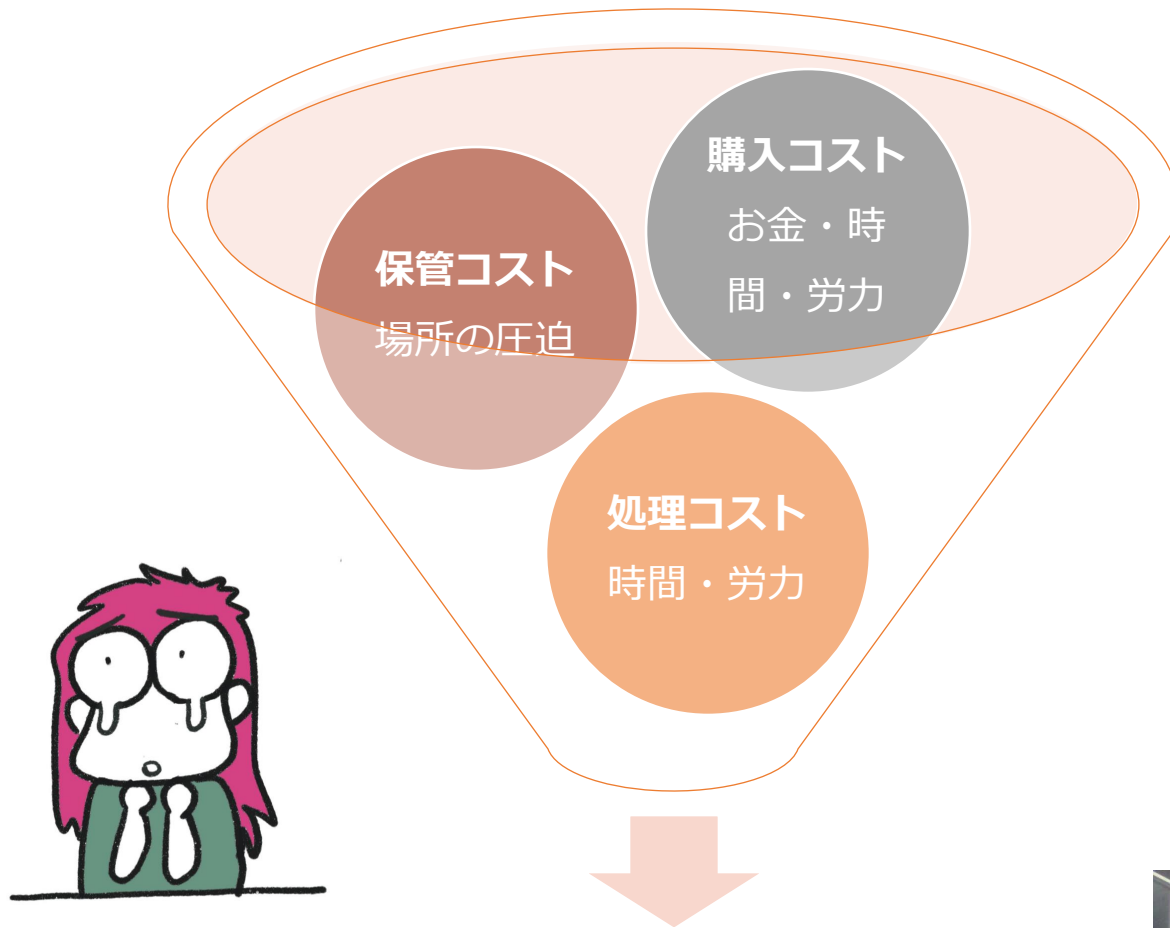


だから

不要な衣類を買わないのがとにかく大事だ

ってことが、痛いほど分かった。

衣服のロスを出さない！



活用できない服、不要なもの
を買うと、全てが無駄に・・・



振り返ろう 衣服のオーガナイズ

俯瞰する。
続く仕組みを
考える。

1
全部出す

- 持ち物を把握
- 場所の使い方をリセット

2
分ける

- 使用頻度や好みを振り返る
- 活用できない服を考察

3
しまう

- 適量に絞る
- しまいやすく、分かりやすく、取り出しやすく

選ぶ

- 自分に似合うもの
- 活用できるもの

買う

- 下調べと計画！
- 予算と枚数の目安を



買い物前に、オーガナイズ！ 以下を確保してとりかかろう！

1. 気力・体力

2. 時間 半日～1日

3. 場所 床、ベッドの上など



確実に成果を上げるには、
専門家に支援してもらう方法も！



衣服の買い物：計画しよう！

買い物の失敗による
資源の無駄からの卒業

- 買う前によく考えることが、失敗を防ぐ最大のポイント！
- 新しい洋服を買った嬉しさは、何日間続く？
 - 買う楽しみよりも、計画する楽しさを
- 3回くらい「こういうときに、この服に合わせて着られる〇〇が欲しい」と思った服を買い物リストに入れる。
- ウィンドウショッピングやネット上などで、「欲しい」「いいな」と思った服は、購入候補リストに書き留めておく。
 - スマホのメモ機能を活用。専用のアプリも。
- 年間予算を立ててみよう。
 - 1カ月あたり5,000円なら年間で60,000円、10年間で60万円を洋服に使うことになる。



予算の立て方

計画を考える時間は楽しい!

①これから1年間の方針

(例) 忙しいので、シワになりやすく、手入れしやすい服を増やす。コーディネートも簡単にできる、組み合わせが利く服を中心にする。

②予算(例) 年額で 60,000 円 (ひと月あたり 5,000円)

春・秋物	夏物	冬物
合計 <u>20,000</u> 円	合計 <u>18,000</u> 円	合計 <u>22,000</u> 円
(内訳)	(内訳)	(内訳)
グレーのカーディガン 8,000円	半袖Tシャツ2枚 5,000円	フリースジャケット 8,000円
黒ロングパンツ 9,000円	リネンスカート 7,000円	ベージュのセーター 5,000円
長袖カットソー 3,000円	サンダル 6,000円	ブーツ 9,000円

今後30回以上着ると思う服だけを買おう!



服選び ネットショップは難しい



- 信頼できるブランド・メーカーに限定するのが賢明。
 - ・ サイズ感や品質が分かる、イメージが統一される
- サイズの確認は慎重に！同じメーカーでも、流行によってサイズが違う。
- サイズは数字で確認する。
 - ・ 自分のパンツの丈、袖丈、着丈、肩幅、欲しいスカートの長さなど、手持ちの服を測ってスマホにメモ！
- イメージ違いも多い。着ないと思う服は手間と費用をかけてでも返品する。
 - ・ 返品可能な商品かどうか、確認しておく必要がある。
 - ・ 返品しなくてよいよう、真剣に選ぶ。

最大限に活用できる服だけを手に入れよう！



地球上の自然も、人々の幸せな暮らしも 守っていけるような消費行動

オーガナイズも予算も、できるようになるよ。

こういう勉強って
大事！



自分なりの方法で
取り組んでみて
くださいね！