

Sample version

日本で初めてジャストインタイム思想を家庭に取り入れた！

2度と散らからない整理整頓術

<補助テキスト>



[キッチン整頓アドバイザー]

神長一徳_{＝著}

目次

はじめに

第1章：ジャストインタイムについて

- ・ ジャストインタイムとの出会い
- ・ ジャストインタイムとは？
- ・ なぜ家庭にもジャストインタイムなのか？

第2章：なぜ、捨てられない？

- ・ モノを捨てられない人のタイプ
- ・ 無理に捨てようとするから、余計捨てられない
- ・ ADD/ADHDについて

第3章：置場にこだわるから片付かない！

- ・ なぜ、食器は食器棚に収納しなければいけないのか？
- ・ なぜ、入るだけモノを入れようとするのか？
- ・ 置場の固定観念を爆破せよ！

第4章：分離の法則

- ・ 捨てられないなら、無理に捨てるな！
- ・ モノを分けるだけで、一気に片付く
- ・ 時間を見方につける

第5章：必要最低限のモノを瞬時に取り出せる格好で

- ・ なぜ、必要最低限のモノなのか？
- ・ 必要最低限のモノしか置けない配置とは？
- ・ 瞬時に取り出せる格好とは？

第6章：配置ができた後は点検するだけ

- ・ 点検の必要性
- ・ 適切な点検周期を見つける！

はじめに

この補助テキストは、DVDビデオ教材「2度と散らからない整理整頓術！」の理解をさらに深めて頂く為に作りました。

ジャストインタイムとの出会いから、ジャストインタイムの意味、そして、この仕組みを家庭の整理整頓術に取り入れた理由と整理整頓6ステップ法を、より噛み砕き詳しく説明しています。

どうか、この補助テキストを最後まで熟読されまして、2度と散らからない整理整頓術！を実行に移して下さい。

この補助テキストを今、読まれているあなた様の整理整頓が、成功されます事を応援しています！

◆ジャストインタイムとの出会い

私が、トヨタ生産方式の代名詞、“ジャストインタイム”と出会ったのは、今から10年前の事である。

私は当時、某化粧品原料メーカーに勤務しており、生産ラインのオペレーターをしていた。

当時、私が勤務していた会社は、そこそこ景気が良く、モノを作れば作るだけ売れるという様な、まるで高度成長期の様な状態だった。

そんな景気の良い会社の中にいた私は、毎日当たり前の様に製造装置を動かし、多少のムダや不良の発生にはほとんど執着する事はなく、毎日指示された生産量をこなしていた。

そんなある日、外部講師を招いた社内研修をやるから研修室へ集まれ、と言う上司からの指示を受け、またくだらない研修かと思いながらも、しぶしぶと研修室へ足を運んだ。

研修時間は4時間、かなりの長丁場である。最初に渡されたテキストに目を通して見ると、生産リードタイム、アイドル時間、ボトルネック等と言う専門用語が、たくさん書かれてあり、なんとも難しそうな研修だなと言う、第一印象であった。

今思えば、これがジャストインタイムの基礎を学ぶ研修だったのである。

この研修は、結局2年間に渡り実施された。ジャストインタイムの基礎を講義で学び、その後は実際の現場の改善を進めて、最終的には成果発表会までやると言った、かなり本格的な研修であった。私は、この2年間の研修でジャストインタイム思考を叩き込まれたのである。

◆なぜ家庭にもジャストインタイムなのか？

家庭の中には、様々な日用品や食料品、雑貨や衣類などがありますね。

つまり、膨大な在庫を抱えているわけです。

この在庫が多ければ多いほど、管理するのに手間がかかります。

ですから、この在庫は極力少ない方が、管理が楽なわけです。

ただし、コレクションなどで、たくさんのモノを集めている方は、この思考は当てはまらないかもしれません。

とにかく、家庭内にある様々な日用品や食料品、雑貨や衣類などは、本当に必要な量だけ（必要最低限の量）を、在庫として確保しておけば、管理が楽になりますし、その在庫を一目瞭然に見える状態にしておけば、使いたい時に直ぐに取り出せますので、ムダな動きが無くなり、時間の短縮、モノ探しをするストレスから開放されるわけです。

ですから、是非みなさんにも、ジャストインタイム思考を、家庭に取り入れて頂きたいのです！

◆なぜ、食器は食器棚に収納しなければいけないのか？

食器は食器棚に収納する。これは、世間一般的な常識ですよ。

しかし、毎日使う食器と1度も使った事のない食器が、同じ食器棚の中に入っている。しかも、これでもかと言うように、溢れんばかりの食器を食器棚に押し込んである。

みなさんの家の食器棚は、いかかでしょうか？

おそらく大半の方が、このように食器棚を使っていると思います。もちろん私の家の食器棚も、数ヶ月前まではこのような状態でした。

では一体、このような状態の何がいけないのでしょうか？

これは、実際に食器棚を整理整頓してから実感した事ですが、食器棚に食器があまりにも多く収納されていると、使いたい食器を取り出すのが非常に大変です。それから、誤って食器を床に落とす確率も非常に高いです。

特に面倒なのは、奥に積み重ねて収納してある食器を取り出す場合、手前に積み重ねてある食器を一旦どかさないと取れませんよね。

しかし、このような面倒な事も、毎日の当たり前の動作になってしまうと、あまり気にならないものです。

この当たり前になってしまった動作が、やっかいなのです。

私は数ヶ月前、家の食器棚の中の整理整頓を実施しました。

するとどうでしょう？



これだけの食器が、食器棚の中にありました。



実際に使っている食器は全体の約 2/3 でした。

※ 全体の約 1/3 は、全く使っていない食器だったのです！

◆捨てられないなら、無理に捨てるな！

第2章でもお話ししましたが、モノをなかなか捨てられない人は、一体どうすればいいのか？

特に、モノに対する気持ちを、どうしても離す事ができないタイプの方は、ここで気持ちを一気に切り替えましょう！

小さい時からモノは大切にしなさいと、親から学校の先生から教えられて育ち、不要なモノでもいつか何かの役に立つ気がして、どうしてもなかなか捨てられない。

また、モノを捨てると悲しい気持ちになってしまう。

など、モノに対する愛着信がかなり強い人は、無理にモノを捨てる事を考えるのではなく、モノをランク分けして分類する事に、まず気持ちを切り替えて下さい。

つまり、無理して捨てようとする気持ちは、忘れる事が大事なのです。

捨てられないなら、無理に捨てるな！・・・です。

◆瞬時に取り出せる格好とは？

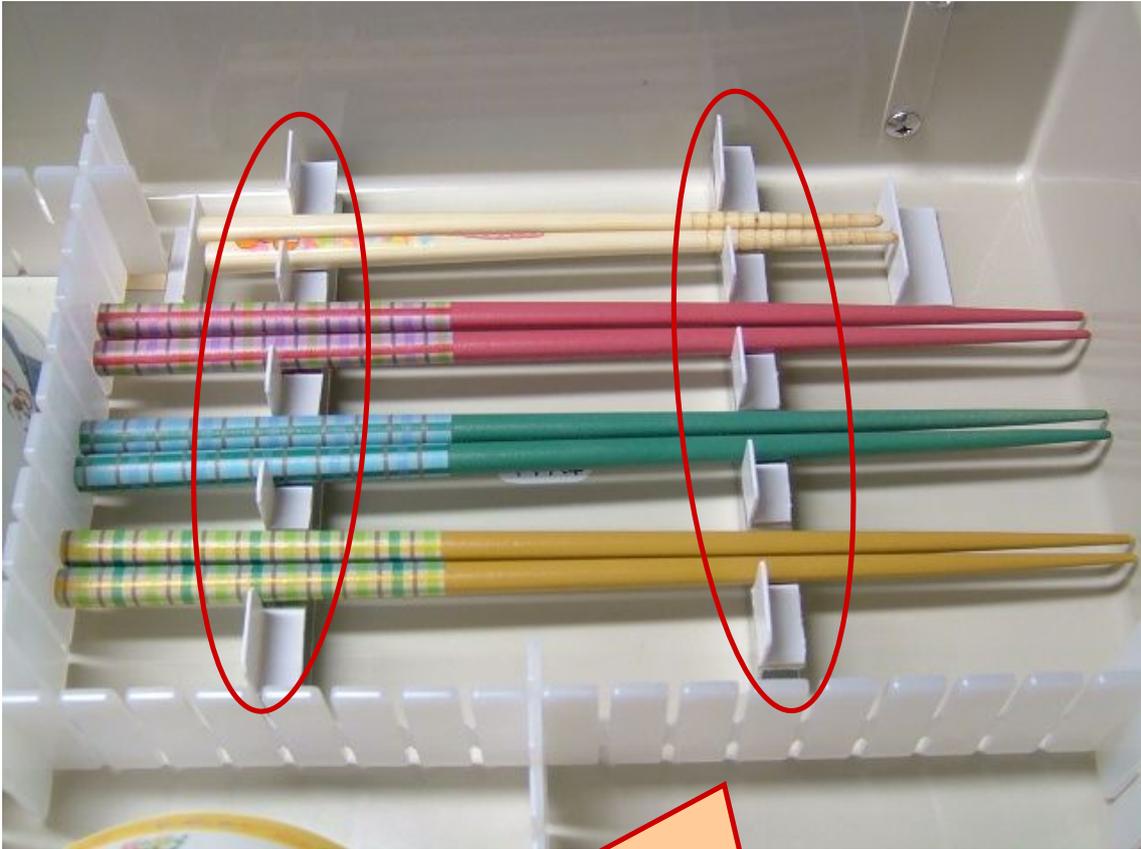
必要最低限のモノしか置けない配置をする時に、もう一つ大事な事があります。

それは、使いたいモノが直ぐに取り出せる格好で配置する事です。

例えば・・・



全てのツールがベタ置きではなく、瞬時に取り出せる様に、取手の部分を台に乗せ浮かせてあります！



**お箸も台に乗せて取りやすくしてあります。また、
4組以上は置けない様な仕組みになっています！**

この様に台に乗せて置くだけで、格段に取りやすくなります！

慣れない方は、最初作る時はかなり大変かもしれませんが、作っていくうちにだんだん慣れてきますので、ぜひチャレンジして下さいね。

実際に作った私の感想は、やはり最初は大変でしたが、完成した時の達成感と、使い出した時に感じた快適さは今も忘れません。

◆点検の必要性

何事に関しても、点検が必要な事は言うまでもありませんね。

事故や混乱などを、未然に防止する事が点検の目的です。

この点検を怠ると、必ず事故や混乱は発生します。

ですから、家庭内においても、点検する事は非常に大事な事です。

家庭内にも、たくさん危険箇所は潜んでいます。

例えば、コタツの電気配線の老朽化や、テレビ台の裏側に隠れたコンセントに付着したほこり、これらはいずれも火災の原因になります。

また、最近問題になっているのが、自転車の空気入れですね。

これも、定期的に点検をしないと、大事故に繋がります。

これと同じ様に、整理整頓後の点検も、乱雑になる事を未然に防ぐ重要な役割を果たすのです！

◆適切な点検周期を見つける！

点検するに当たり最も重要な事は、適切な点検周期で点検を実施する事です。

先ほども述べましたが、点検は事故や混乱を未然に防がなくては、実施する意味がありません。

ですから、対象物に合った点検周期を見つける必要があります。

整理整頓後の点検周期に関しては、最初はこまめに良く状態を観察し、1ヶ月に1度がいいのか、2ヶ月に1度がいいのかを、実際に使っている状況から決めて行く方法が良いと思います。

だいたいこのぐらい“だろう”で決めるのは、良くありません。

必ず現物を確認しながら、適切な点検周期を決めて下さい。

この点検周期さえ決まってしまうと、後は点検日がくるまで安心していられますので、こんなに楽な事はありません。

この仕組みを確立すれば、2度と散らからなくなり、

ムダ買いも無くなり、ストレスも感じなくなります！

この快適さを、ぜひ体感して下さい！！

キッチン整頓アドバイザー **神長一徳**

Copyright (C) Kazunori Kaminaga. All rights reserved.