

30年間で10万件の相談実績！

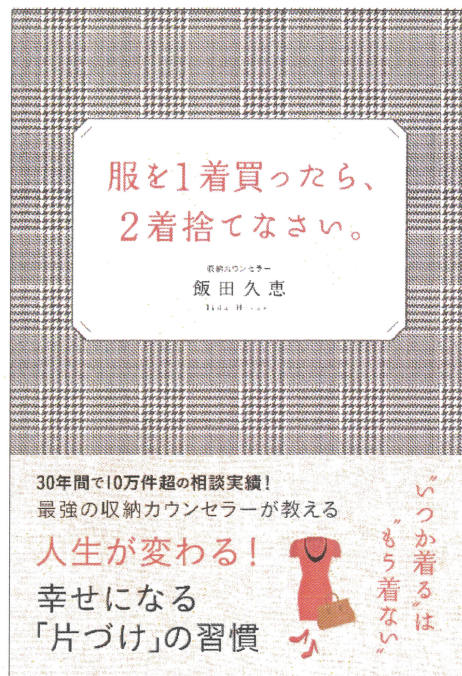
最強の収納カウンセラーが教える

人生が変わる！
幸せになる「片づけ」の習慣

服を1着買ったら、 2着捨てなさい。

- PART1 片づけで幸福になる人、不幸になる人
- PART2 買い方を変えるだけで、片づけがラクになる
- PART3 モノを捨てて減らせば、気持ちよく暮らせる
- PART4 部屋スッキリ！モノが片づくたった一つの法則
- PART5 もう二度と散らからない「片づけ力」を身につける
- PART6 今日から始める！「モノ別」賢い片づけテク

“いつか着る”は、
“もう着ない”



★「片づけ」で幸せを引き寄せる本。服やモノを捨てて始まる、私らしい暮らし

2020年3月13日発売。四六判、216頁、本体1,350円＋税 発行：(株)内外出版社 著者：飯田久恵

「モノを捨てて、スッキリ暮らしたい」気持ちは、みな同じです。人には「捨てなさい」と言えるのに、なぜか自分は捨てられない。「片づけ」はまず、捨てることから始まります。捨てて、整理して、収納する。「しまう」のが目的ではなく、すぐに気持ちよく使えるのが、片づけの目的です。

本書では、服やモノの買い方、捨て方、片づけの考え方から、誰でもできる具体的な収納テクニックを紹介します。部屋がスッキリ使いやすくなれば、結果として、幸せが待っています。「お金が貯まる」「自分の時間ができる」「夫婦仲がよくなる」「健康になる」——片づけによって幸せを引き寄せることができるのです。

<著者紹介>

◆飯田久恵 (いいだ ひさえ)

収納カウンセラー。(一社)日本収納カウンセラー協会代表理事。日本の収納関係の法人で構成されている(一社)日本片づけ整理収納協議会の名誉会員。整理収納は家事や仕事の効率をよくすることで時間を大切に使い、心地よい暮らしにつながることを確信し、日本で初めて整理収納をプロの仕事として確立させる。整理収納の理論「アクション数」「収納指数®」「モノが片づく5つのステップ」などで収納の方法や考え方を見える化(数値化)する。大手企業の収納コンサルタント、講演、収納講座やセミナーを行う。NHK「ガッテン!」、Eテレ「あしたも晴れ! 人生レシピ」など出演。著書多数。

公式ホームページ <https://www.yutori-cobo.co.jp>

【お問い合わせ】〒110-8587 東京都台東区東上野2-1-11

株式会社 内外出版社 書籍部 黒川裕二

Mail: kurokawa@naigai-p.co.jp Tel: 03-5830-0237