



ついこの間、年が明けたと思ったのに、すっかり暖かくなりましたね。とはいえ、朝晩はまだ少し寒かったりするので、毎朝気温をチェックして、服装を決める方も多いのではないのでしょうか。GWは衣替えのチャンス！というわけで、今回のテーマは「衣替え」です。



## 衣替えは伝統行事

最近、年間を通して使用できる衣服を愛用したり、低価格帯衣服をワンシーズンで使い捨てる等の理由で、衣替えをしない人が増えているそうです。確かに、衣替えは少し面倒な作業ですね。

衣替えは平安時代の宮中行事がはじまりと言われ、最初は天皇や貴族、役員、軍人など公的職業についている人が服装を変えることを「衣替え」と呼んでいました。江戸時代には年に4回の衣替えでの出仕が制度化されましたが、明治時代に役人の制服が洋服になり、夏服は6/1~9/30、冬服は10/1~5/31と定められました。

1000年の歴史があり、四季のある日本だからこそその「伝統行事」だと知ると、なんだか大切にしたいくなりませんか？

## 衣替えのコツ①..「捨てる」

- 1) 過去3年「一度も着ていないモノ」を捨てる。
- 2) 1) で残ったモノの中でも「流行遅れ」「色落ち」など、使用に難があるモノは捨てる。
- 3) 残すか残さないか、3秒迷ったら、捨てる。(「売る」という手もあります)

クローゼットを整理する絶好のチャンス！衣類の量を減らすと、衣替えが楽になります



## 衣替えのコツ②..「洗う」

★衣替えの際はきれいな水を使い、すすぎの回数は+1回！

シーズンオフの衣類を長時間しまい込む場合、お洗濯でお風呂の残り湯を使ってしまうと、そのごくわずかなタンパク質で白い衣服も黄ばんでしまう恐れがあります。

★クリーニングは、しまう前に！

次のシーズンに出した時に変色や虫食いがあったことはありませんか？一度しか着ていなくても、ワキやエリに汗をかいていることがあります。お気に入りのものほどクリーニングに出す方が賢明です。

どうしても洗えないものは、虫干しを！6~7月の梅雨明けの天気の良い日がお勧めです

## 衣替えのコツ③..「収納する」

### 1) 分類する

【シワにならない・シワが気にならない服】【シワになってもすぐアイロンで伸ばせる服】【ハンガーにかけると伸びて形が崩れるもの】に分ける。

### 2) 収納ケースを使い分ける

置き場所を大きく3段に分け、それぞれのケースの中でシワになりやすいものほど上に入れる。

上段) 使用頻度が低く軽いもの・湿気に弱いもの→**布性ケース**

中段) 使用頻度の高いもの→**引出ケース**や**ハンガー**

下段) 使用頻度の低い重いもの→**ふた付きプラスチックケース**や**キャスター付き収納ケース**

衣類量は収納容量の80%が目安 詰め込みすぎは、エリが崩れたり、しわの原因になります

ポイントは..

見やすい

衣類を傷めない

出し入れしやすい

## 衣替えのコツ④..「守る」

★湿気は下にたまる！

衣類の虫は、湿気の多い所が大好き。湿気はカビやシミの原因にもなるので、適度な換気や除湿剤で湿気対策に気を配りましょう。

★防虫剤の成分は、上から下に広がる！

目に見えなくても、衣類の害虫はいます。防虫剤の量が足りないと、十分な効果を得られず、虫食いの被害にあることがあります。収納スペースに合わせて適量を正しく使い、フタ付きの密閉できるケースにしまいましょう。また、成分は上から下に広がるものが多いので、衣類の上に載せるのが基本。ただし例外もありますので、使用上の注意をよく読んで、正しい位置に置いてください。

防虫剤の併用はNG！お互いに影響しあって溶剤が溶け、衣類のシミや変色の原因になることも



### 今すぐやめて！「ダンボール収納」

- カビが繁殖しやすい
- 湿気を吸いやすい
- ダニが生息しやすい
- ゴキブリの住処になりやすい
- 風水的にもよくない



変わりにいかが？

### プラスチックのカゴ

小物やシワになったら困るものを収納するのにぴったり。

### ワイヤーバスケット

オシャレな見せる収納にぴったり

### ファイルボックス

大きなスペースを区切ることが得意。カテゴリ別に使い分けるのにぴったり

