

アイ・ケアーズ通信

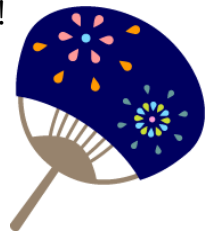
i ♥ CARE'S

梅雨が明けていよいよ夏本番となりました。

暑さの厳しい日が続きます。水分補給をしっかりと、体調に気をつけましょう！
皆さまにアイ・ケアーズのi（愛）をお届けします（*_*）

“アイ・ケアーズ福祉フェア”を開催しました

毎年恒例のアイ・ケアーズセミナーですが、今年はコツコツ貯金体操センター
グランドオープンに合わせて7/19（金）柏崎ショッピングモールで開催しま
した。いつもより広い場所での開催となり、福祉用具から自助具、健康器具ま
で幅広く展示、たくさんの方に実際に見てさわっていただくことができました。
セミナーも今回は今までと少し趣向を変えて、お片づけの先生を招いて楽しい
お話をきかせていただきました。来年もみなさまのご参加をお待ちしております。



展示会の様子



ライフオーガナイザー 森 真理さんによるセミナー ♪一人ひとりの幸せな片付け♪



セミナーの様子

みなさんは、「利き脳」という言葉を耳にされたことはありますか？
利き手や利き足があるように脳にも利き脳があるようで、右脳か左脳のどちらかが優位的に反応
することにより、行動やクセに違いがでるそうです。

今回、新潟のお片づけの先生、ライフオーガナイザー®として活動している森真理さんをお呼びして、片づけのお話をさせていただきました。森さんのお話によると、片づけがうまくいかないのはモノが多くあるからだけではなく、人というの大きくかかわっているということです。頭の中の整理、感情の整理をしないと片づけは上手くいかないことが多くなります。また、人により「利き脳」が違う為、どんな片づけ方が合っているか、どのように情報を吸収するのか、見えやすさや分かりやすさにも違いがでるといなのです。

森さんのお伝えしているライフオーガナイズでは、この利き脳も片づけに活用しています。自宅でも、職場でも、何かやり方違ったり、自分と同じようにできないことでストレスを感じることはありませんか？タイプが人それぞれ違うということが分かれば、相手に対してどのように接したら良いのかを考えられるようになるのではないのでしょうか。

💡 あなたはどのタイプ？「利き脳」の調べ方

情報を取り込んで理解するときに使う「インプットのときの利き脳」と、理解した情報を言葉や行動であらわすときに使う「アウトプットのときの利き脳」を調べます。片づけにあてはめるとインプットはものを探るとき、アウトプットはものを元の場所に戻すときに使う脳。それぞれに合った収納が、探しやすい戻しやすい収納ということになりますね！

● **インプットのときの利き脳**：指組みしたとき、左右どちらの親指が「下」になっていますか？
 左の親指が下にきている→**左脳タイプ** 右の親指が下にきている→**右脳タイプ**



● **アウトプットのときの利き脳**：腕組みしたとき、左右どちらの腕が「下」になっていますか？
 左の腕が下にきている→**左脳タイプ** 右の腕が下にきている→**右脳タイプ**



4つの脳タイプの傾向

| | |
|--|---|
| インプット：左脳 アウトプット：左脳 左 左 脳タイプ | インプット：右脳 アウトプット：右脳 右 右 脳タイプ |
| <p>【有言実行・計画的】 基本的な傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 何事にもリスクを考える慎重派 ● シンプルな見た目、内容が好き ● デザインよりも機能性と合理性を優先 <p>片づけに出る傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 従来型の片づけに向くタイプ ● ラベリングやリスト管理が好き ● グループングや集中管理が好き | <p>【初志貫徹・天才的】 基本的な傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 情緒豊かで表現力に富む ● 音楽や芸術面に明るい ● 合理性より直感や感情重視 <p>片づけに出る傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 元の場所に戻すルーティンワークが苦手 ● パッと出してパッと戻せるのが好き ● 美的感覚を刺激するとやる気に |
| インプット：左脳 アウトプット：右脳 左 右 脳タイプ | インプット：右脳 アウトプット：左脳 右 左 脳タイプ |
| <p>【猪突猛進・情熱的】 基本的な傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 思っていることと行動が違う ● 独自のこだわりをもっている ● 外見よりも中身を気にする <p>片づけに出る傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ほかの人の方法はあまり参考にならない ● 収納のマイルールがあるとまいく ● 日用品は見えないと忘れてしまいがち | <p>【天真爛漫・献身的】 基本的な傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● なんでも自分で決めたい完璧主義 ● 自己プロデュース力が高く、デザインセンスもある ● 意外と頑固 <p>片づけに出る傾向</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「形から入る」とやる気が出る ● 空間はビジュアル重視 ● コツコツと片づけるのは苦手 |

みなさんはどのタイプでしたか？

周りの人がどのタイプに近いのか観察してみると、対応のヒントが見つかるかもしれませんね。