

ワクワク読書三昧 vol.5

旬のオモシロイ×ためになる本のご紹介、第5弾。通勤途中や、家事の合間にお楽しみください。

ゆったりと自分をもてなすように暮らす。本当の贅沢はモノより「空間」です。

大人の女性にとって、いちばん贅沢なことは？

この本では大人の女性のためのモノとのつき合い方、居心地のいい暮らし方を提案したいと思っています。

「衣食住」という言葉があります。人が暮らすために必要な3つの要素です。この衣食住、現代に生きる大人の女性ならば、衣も食も、それ以外にお金も時間もかけて経験を積んでいくのではないのでしょうか。

私は日々、断捨離生活を実践することによって、この最後にくる「住」こそがこれからの大人の女性にとっていちばん大切だと確信するようになりました。住まい方は、まさに生き方、今のあなたを映す鏡なのです。(中略)

さて、大人のすっきり生活を始める前に、あなたにお願いしたいことが2つあります。1つ目は、自分自身をちゃんとねぎらいたいということ。「ここまでよくやったね」とほめてあげてください。今までの人生で関わってきた人たちと力を合わせたり、支え合ったりしてきたと思います。そんな日々の価値を、あなた自身が認めて十分に評価していただきたいと思っています。

そして2つ目は、モノの贅沢から空間の贅沢へシフトしましょうということ。モノはあっても、なごさでも落ち着きません。心が潤わないのです。本当に好きなモノ、愛着のあるモノを厳選し、ゆったり飾るように置いて毎日使う。美しい空間の心地よさがいちばん贅沢なのだと気づきます。

何十年もかけて自分の中に蓄積させた習慣や考え方のクセを変えるのはとても難しいことです。また年月をかけて蓄積してきた衣食住のさまざまなモノたちを整理し手放すことはなかなか踏み切れません。私の提案する断捨離メソッドはまず環境から変えていきます。1つひとつのモノと向き合いながら「今の私に、これはふさわしい？」と問いかけ、モノを減らしていくこと、

つまりモノの引き算をしていくことは、自分がどんな生活や生き方をしたいと思っているのかを問いかけることに他なりません。

この本が大人の女性にとって、未知の自分を発見し、さらに充実した日々を送るきっかけになれば、著者としてこんなにうれしいことはありません。自分の家が心地よく、過ごす時間がしあわせなら、もう人生、最高ですね。

「はじめに」より (一部省略、行替え等変更)



著作・監修を含めた関連書籍が国内累計300万部を超える、断捨離の専門家が提案する、大人の女性の居心地のいい暮らし。●15分できれいにする究極のコツ●モノを断捨離しやすい3分類法●服を引き算する4つのステップ●出し入れしやすい5割収納法など、美しい収納ルールからモノをため込まない心の持ち方まで、すぐに実践できることばかりです。

「モノを引算して大人のすっきり生活」やましたひでこ/著 出版社/海電社 定価/1,400円(税別)

プレゼントコーナー 「ワクワク読書三昧 vol.5」に掲載いたしました本を抽選で各1名様にプレゼントいたします。応募方法はお八ガキにお名前・ご住所・電話番号・希望の本の名前を記載の上、右記の住所までお送り下さい。当選者の発表は発送をもって代させていただきます。

応募先: 〒170-0004 東京都豊島区北大塚 2-3-16 2F 株式会社フォトサービス 「ワクワク読書三昧」係

結婚が決まったら... 式場様ご見学前に...

玉姫館へ!!!

ご紹介状を発行致します



お客様に合わせて素敵な1着をご提案致します。スタッフ一同心よりお待ちしております!!



ブライダルハウス玉姫館

〒310-0053 茨城県水戸市末広町2-3-1 TEL: 029-231-2196 定休日: 火曜日 営業時間/AM10:00~PM7:00

成人式 晴れ着 随時展示中

平成29年度

対象:平成9年4月2日~平成10年4月1日生まれの方

振袖一式 前撮り&当日 2回使用OK

前撮り時のヘアメイク&着付け プレゼント!!



草履バックセット プレゼント

写真4ポーズ アルバム プレゼント



肌着16点セットプレゼント!!

肌着、裾除け、足袋、衿芯、さらし、帯板(2)、帯枕、腰紐(4)、コーリンベルト、伊達締め(2)、三重仮紐

あなたの街のセレモニーホール

もしもの時でも安心365日・24時間対応 事前相談・生前予約も承ります。お気軽にご相談下さい。



シティホールグループでは地域の方々からのご意見を頂いて、より葬祭セレモニー会館としてわかりやすくさせて頂くために「あんしん祭典」という名称を追加する運びとなりました。会館をご利用いただくお客様に、また会館にお参りに来ていただく方々に、今まで以上に「安心」と「満足」をしていただけるサービスを提供させていただきます。今後とも友の会「あんしん祭典」をよろしく願いたします。

東京・埼玉地区 フリーダイヤル 0120-01-1194 フリーダイヤル 0120-03-0044

※シティホールの最寄り駅となっております。

洗足池シティホール 東京都大田区東雪谷 ☎03-3729-4444 池上線 洗足池駅	ロイヤルシティホール洗足池 東京都大田区南千束 ☎03-3726-1194 池上線 洗足池駅	中延駅前ホール 東京都品川区中延 ☎03-5749-1194 大井町線 中延駅	シティホール亀戸 東京都江東区亀戸 ☎03-3684-1194 亀戸線 亀戸駅	ふなぼり駅前ホール 東京都江戸川区船堀 ☎03-5605-1194 新宿線 船堀駅	浅草駅前儀式ホール 東京都台東区駒形 ☎03-5827-1194 伊勢崎線 浅草駅
シティホール葛飾玉泉院 東京都葛飾区細田 ☎03-3671-0444 京成本線 京成高砂駅	金町ゲストハウス 東京都葛飾区金町 ☎03-3608-6699 常磐線 金町駅	シティホール綾瀬 東京都足立区綾瀬 ☎03-5613-5144 千代田線 綾瀬駅	シティホール西新井 東京都足立区栗原 ☎03-5851-1194 伊勢崎線 西新井駅	シティホール足立 東京都足立区西保木間 ☎03-3885-1194 伊勢崎線 竹ノ塚駅	シティホール宮地 東京都荒川区荒川 ☎03-5811-5666 京成本線 新三河島駅
田端駅前ホール 東京都北区東田端 ☎03-3828-4444 JR各線 田端駅	シティホール梶原 東京都北区堀船 ☎03-5902-4194 京浜東北線 上中里駅よりバス	東十条駅前ホール 東京都北区東十条 ☎03-5390-4444 京浜東北線 東十条駅	新板橋駅前ホール 東京都板橋区板橋 ☎03-3963-1194 三田線 新板橋駅	シティホール志村 東京都板橋区志村 ☎03-5914-0049 三田線 志村坂上駅	東武練馬シティホール 東京都板橋区徳丸 ☎03-5398-4444 東上線 東武練馬駅
豊玉ホール 東京都練馬区豊玉北 ☎03-3994-3745 大江戸線 新江古田駅	シティホール豊玉中央 東京都練馬区豊玉中 ☎03-3991-4411(代) 池袋線 桜台駅	シティホール光が丘 東京都練馬区高松 ☎03-5910-4242 大江戸線 光が丘駅	シティホール中野坂上 東京都中野区本町 ☎03-5302-1194 丸の内線 中野坂上駅	シティホールひばりヶ丘 東京都西東京市ひばりヶ丘 ☎042-438-1194 池袋線 ひばりヶ丘駅	富士見ヶ丘駅前ホール 東京都杉並区高井戸西 ☎03-5344-4949 井の頭線 富士見ヶ丘駅
シティホール八幡山 東京都杉並区上高井戸 ☎03-3329-4194 京王線 八幡山駅	シティホール清瀬 東京都東村山市青葉町 ☎042-391-4444 池袋線 清瀬駅	シティホール久米川 東京都東村山市本町 ☎042-390-1194 新宿線 久米川駅	シティホール小平小川 東京都小平市小川東町 ☎042-345-4200 国分寺線 小川駅	シティホール八潮 埼玉県八潮市大瀬 ☎048-999-4242 つくばエクスプレス 八潮駅	シティホール三郷 埼玉県三郷市三郷 ☎048-953-1194 武蔵野線 三郷駅

長野地区

茅野シティホール
茅野市宮川
安国寺小町屋
☎0266-73-0983

諏訪シティホール
諏訪市波崎
☎0266-57-8787

岡谷シティホール
岡谷市長地権現町
☎0266-26-0983



山梨地区

甲府シティホール
甲府市塩部
☎055-251-4411

ロイヤルシティホール
甲府市南口町
☎055-232-4444

昭和シティホール
中巨摩郡 昭和町西条
☎055-275-0983

シティホール東翔苑
笛吹市 一宮町田中
☎0553-47-4210

茨城地区

ジャクセン 水戸ホール
水戸市赤塚
☎029-257-6833

ジャクセン ひたちなかホール
ひたちなか市中根
☎029-272-8140

ジャクセン県庁前
ゲストハウス
水戸市笠原町
☎029-240-4444

ジャクセン笠間ホール
笠間市旭町
☎0296-71-8812

葬祭本部 ☎055-237-0983