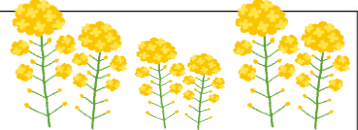




「5S」をご存知ですか？



断捨離^{たんしゅり}、ミニマリスト^{おやかた}、親家片などの言葉を耳にしたことはありますか？

どれも片づけに関する言葉です。近ごろは、さまざまな「片づけ術」が提唱され、片づけがブームになっていますね。片づけは「自分にとって必要なもの、大切なものを見極めることを通して心も整理し、人生を快適にする行動」と考えられています。そして、職場環境を整える「片づけ術」をあらわす言葉が、整理 (Seiri)、整頓 (Seiton)、清掃 (Seisou)、清潔 (Seiketsu)、躰 (Shitsuke) の5つの頭文字Sをとった「5S」です。私たち中北薬品も、全社をあげて取り組み始めました。

「5S」成功のカギは、まず「整理」「整頓」のポイントをはっきりと認識することです。もちろん、職場だけでなく、家庭の片づけでも実践できます。

大掃除が不完全燃焼のあなた！ 新年度を迎える前に「5S」を始めてみませんか？

「5S」チェック

1つでもチェックがいたら、いまずぐ片づけを始めましょう

- 1. 必要なものを取り出すのに10秒以上かかる
- 2. 机の上に1週間以上使っていないものが置いてある
- 3. 引き出しのいちばん奥にあるものが何かを、即答できない
- 4. キレイにそろえて並べれば良いと思っている
- 5. 捨てるのは「もったいない」ことだと思う



「整理」のポイント

「いらぬものは捨てる」

「整理」とは、「いるもの」と「いらぬもの」を分け、「いらぬもの」は捨てることです。「いつか使うかも」「捨てるのはもったいない」という理由で持ち続けると、ものは増える一方です。本当に「もったいない」のは、使わずに持っているものに占領されたスペースのほうなのです。どうしても迷うものは期限（年月日）を設け、その日までに使うことがなければ、すぐに捨てましょう。

◆アドバイス

「整理」する前に、ボックスや棚などの収納アイテムを用意することは、やめましょう。「いらぬもの」まで残す原因になります。「いるもの」の量に合わせて、足りなければ用意します。



「整頓」のポイント

「探す」をなくす

「必要なもの」を「必要なとき」に「必要なだけ」取り出せるように、ものの定位置を決めましょう。10秒以内に必要なものを取り出せることが理想です。コツは、使う「頻度」によって定位置を決めること。その際、誰にでもわかるように明示すると、共有できます。

◆アドバイス

都合が悪いことは隠したくなるのが、人の心理です。「壁ぎわ」や「陰」になる場所に、とりあえず置くことは、やめましょう。ものの放置から、「5S」のリバウンドが始まってしまいます。

