

衣生活経営における視点の多様性

——ワードローブの構築——

高 橋 佑 子*

Diversity of Perspectives in Clothing Life Management

—— Building a Wardrobe ——

Yuko TAKAHASHI

Key words : 衣生活 clothing life, ワードローブ wardrobe, 被服整理 clothing arrangement

1. はじめに

大量生産大量消費の現代において、私たちはあらゆるモノに溢れて生活している。

戦後のモノの無い時代から今日まで、モノは使い切るまで大切に使われ、そのモノの用途が終わっても別のかたちで再利用したりと、“もったいない”という言葉と共に、我々はあらゆるものを大切にしなければならないという考え方の元に育ってきた。

かつてモノは大変貴重だった。しかし今では、必要だからモノを買うというよりも、“買うためにモノが欲しい”というような消費の仕方も増え、一つのモノが消耗してしまうスピードよりも買い続けたモノが増殖してしまい、結果私達の生活はモノで溢れるようになってしまった。

この捨てられずに増え続けてしまうモノの中で、衣服が上位に挙げられる。あるデータでは女性の「収納に困っている物、片づかない物、なんとかしなければと気にかかっている物」のアンケート結果の第1位が「洋服」であり、男性の場合でも同アンケートで第2位と、男女ともに上位に上がっている¹⁾。

近年衣服は安価で大量生産、そしてトレンドを抑えた“ファストファッション”が多くの若者に支持されている。またインターネットを通じた自宅にいながら簡単に洋服を買うことができるいわゆる“ネットショッピング”が一般化し、幅広い情報の中、多種多様なモノが気軽に手に入るようになった。

そうした背景の中、衣服類もまた部屋の中で溢れかえってしまっている人は少なくはないはずだ。「またいつ

か使うかもしれないから念のため取っておこう。」といったような捨てることが“もったいない”という感情で残し続け、結果的に増え続けてしまうモノに囲まれてしまう現状は、多くの人が抱えている現代の問題のように感じる。

近年、整理収納グッズが話題となり、片付け方や収納方法、衣服の快適な選び方についての書籍は軒並み話題となりベストセラーとなっている。住まいに溢れるモノたちを見つめ直し、モノとの関係性を問い直しながら、今の自分に不要なモノを取り除く事に向き合うべきではないだろうか。

衣服の片付け方に対する小、中学校での義務教育間での指導はどのような内容なのか調べてみた。その結果【中学校学習指導要領解説】によると「衣生活」の内容の部分には「衣服と社会生活との関わり、目的に応じた着用や個性を生かす着用、衣服の選択」²⁾となっている。

現在の中学校家庭科では、衣服の素材の選び方や手入れの仕方、リサイクルや廃棄の仕方という考え方に重点が置かれており、衣服の選び方や片付け方について記した内容が見当たらない。つまり自分のワードローブについての管理の仕方は記されていない。

片付け方が分からず、自分では把握しきれないほど衣服が増え続け、その結果手持ちの衣類の管理ができなくなる。するとこれまで学生達が学校教育の中で学習してきた衣生活の内容²⁾も損なわれてしまうのではないだろうか。

一般的に自分の所有する衣装を“ワードローブ”と言い、広辞苑によると「ワードローブ【wardrobe】①洋服だんす。②個人の持ち衣装一式。また、組合せ方などの

* 広島文化学園短期大学コミュニティ生活学科

衣装計画。」と記されている。ファッションスタイルを完成させるために必要なアイテムを指す場合もあり、コレクションやコーディネートを完成させる衣服の数々、という意味で使用されることもある。

現従来の一般的な衣生活論には、それぞれが所有する衣服、つまり“ワードローブ”の構築に関する視点が欠落している。

多くのモノに溢れる現代の学生たちに、トレンドや時には自分の内面を投影し表現するであろう衣生活におけるワードローブについて、自分に必要な衣服を選び、片付け、管理するという一連のワードローブの構築の仕方を習慣として身に付けることは、現代の学生にとって「生活力」を身につけることとなり、極めて有意義であると考えられる。

本論では、現代の衣生活において必要不可欠なワードローブの構築について、主要な文献の内容を理解、把握することにより、本学での授業に活用できるか否かを検討したい。

2. 捨てることを肯定する

自分の持っている衣服を整理し見直すためには、現在自分が所持している衣服がどれだけあり、着る頻度の高いもの低いもの、しばらく着ていない服はどれくらいあるのかなど、自分で把握することが重要である。

ワードローブを構築するにあたっては、自分がどんな衣服やファッションアイテムを持っているのかを全て把握し、管理できていることが理想とされる。そのためにはまず持っている全ての衣服を“いるもの”“いないもの”と分類する必要がある。

“いないもの”つまりゴミとして捨てるという行為は、おそらく使えるのに勿体無いという気持ちが大きく働き、なかなかはかどらない作業だと思う。大抵の場合、衣服は「いつか着るかもしれない」、「とりあえず取っておこう」と増え続け、気づけば溢れかえってしまうというケースは多いのではないだろうか。

「捨てる！」技術によると、「モノが溢れる暮らしを見直すために、まず捨てるはじめるのだ。“もったいない”で済ませていないで、“捨てる”作業によってモノの価値を検討する。～中略～“捨てる”ことで選別していくと、どんなモノがあればいいのかがわかってくるだろう。」³⁾ また、「“とりあえずとって”おかれたモノは、結局はゴミになる前にワンステップ置かれただけだといえる。」⁴⁾ 「“いつか”の心理は、“もったいない”の別バージョンなのだ。もったいないから“捨て”たくない。いつか使うことを期待する。その“いつか”にあてがあるわけではない。いずれ使うあてがあるものは、とっておく意味があるし、なによりも“いつか”などとは考えない。(中略)“いつか”の封印を解く最強の呪文は“3年使わないものはいないもの”(中略)ある一定期間使わないもの

はおそらくその後も使わない。と思い極めることである。」⁵⁾ と捨てるものへの考え方をまとめている。

3. 断捨離という考え方

「新・片づけ術 断捨離」(やましたひでこ著書)でも捨てることの考えが多く書かれていた。

この“断捨離”という言葉は、『断』=入ってくる要らないモノを断つ、『捨』=家にはびこるガラクタを捨てる、『離』=モノへの執着から離れ、ゆとりある“自在”の空間、というような趣旨で説明されている。「住まいに溢れるモノたちを見つめ直し、モノとの関係性を問い直しながら、今の自分に「不要・不適・不快」なモノを取り除く」という片づけ方の考え方である⁶⁾。

さらに「片づけ作業を真剣に行っていくと、自然とモノを取り入れるのも吟味するようになります。なぜなら、いかに余計なモノに囲まれて生活しているかがよくわかり、本当に気に入った、必要なモノしか欲しく無くなるからです。これが「断」の状態。断捨離とは、この、「断」と「捨」を行うことで至る、モノの執着から離れ、軽やかで自在な状態(=離)と定義できます。」⁷⁾と記されている。

4. ときめきで分類する

もっとも有名な片づけコンサルタントといえば、こんまりの愛称で知られる近藤麻理恵さんではないだろうか。彼女は2015年、アメリカ『TIME』誌の「最も影響力のある100人」に選出され、世界的にも最も有名人となった。

彼女のモノの捨て方の特徴的なところは“ときめく”かどうかということ。「触ったときに、ときめくか」モノを一つひとつ手にとり、ときめくモノは残し、ときめかないモノは捨てる。モノを見極めるもっとも簡単で正確な方法です。(中略)ポイントは、必ず触ること。たとえばクロゼットのドアを開けて、かかっている洋服を眺めて、「うん、まあ、全部ときめくかな」ではいけません。「一つひとつ手にとって、触れてみること」が重要です。モノを触ったときの、体の反応を感じてみると、モノによって明らかに反応が変わってきます。⁸⁾ と、モノを触って確かめる、という考え方で捨てる基準を考案した。「心がときめくモノだけを残す。後は全部、思いきって捨ててみる。すると、その瞬間から、これまでの人生がリセットされ、新たな人生がスタートするのです。」⁹⁾ と清々しく捨てることに対して向き合っている描写には片づけへの億劫さはなく、未来への希望が伝わってくる。

5. 収納の仕方

衣服の捨てる作業が終わったら、続いては残ったものをクローゼットやタンス、引き出しなどに片づける作業となる。ここでは、上記の“こんまり”流をもとにまと

めてみる。

ときめきで取捨選択し捨てずに残った服は、クローゼットや洋服ダンス、引き出しなど各収納場所にしまうことになる。その時に気をつけることは、余計なすき間を空けずに、そしてギューギューにならない程度に詰めていく「九割収納」にしていくことが正解とされている¹⁰⁾。

そして衣服を片付ける時の順番としては、「トップス（シャツ・セーターなど）→ボトムス（ズボン・スカートなど）→かけるモノ（ジャケット・スーツ・コートなど）→靴下類→下着類→バッグ→小物（マフラー・ベルト・帽子など）→イベントモノ（浴衣・水着など）→靴」の順が理想的だという¹¹⁾。この順に沿って片づけていくと、まずトップスやボトムスの片づけから始まる。他の片づけ方に関する文献には、できるだけハンガーにかけて収納することがよく勧められているが、ここでは衣類はたたんで収納することが強く勧められている。

例えば、一〇着分の洋服をハンガーでかけるスペースがあった場合、それらを正しくたためば、二〇着から四〇着分を収納することができるという。たたみ方の手順については「①身頃の両端をたたんで縦長の長方形をつくる。②半分に折る。③さらに二分の一から三分の一くらいになるようにたたむ。（中略）細かいたたみ方のコツはいろいろありますが、要するに、できあがり「ツルンとした長方形」になっていれば正解です。」と記されたたたんだ衣類は引き出しなどに立てて収納するという¹²⁾。

続いてクローゼットにかける服だが、人は、右肩上がりのラインを心地よく感じるため、洋服も「右肩上がり」にかけていくと良いということである¹³⁾。

では、季節ごとの洋服の入れ替えはどのようにしているのだろうか。実はこままり流の片づけ方では衣替えはしないというので驚きである。「衣替えはしないと決まてしましましょう。つまり、オンシーズンの服もオフシーズンの服もふだんからいつでも使える状態にして、引き出しの入れ替えなどは一切しないことにするのです。（中略）コツは、洋服を分類しすぎないこと。「コットンっぽい服」「ウールっぽい服」というようにざっと素材別に分けて引き出しの中に入れていきます。夏服・冬服・春秋服といった季節ごとの分類や、会社用・休日用のような用途別の分類などは、あいまいになりがちなので避けるべきです。」これらの収納用品は、蓋のついたボックス型のケースよりも引き出し型の方が気軽に取り出せるので適しているということである¹⁴⁾。

続いて小物の中でも最も場所を取るバッグの収納について。片づけ方としては、同じ種類のバッグ同士を入れ子にするという収納法。例えばかっちりした革モノ同士を入れ子にしたり、冬素材のモノ、冠婚葬祭用などそれぞれそれらをセットにするのである。一つのバッグには多くて二つまでの収納が基本だということである。その

他素材や大きさ、使用頻度が近いバッグを組み合わせ入れて子にしてもよく、その時は取っ手はすべて外に出した状態にするということ。これらをクローゼットの上段や押入れの天袋に立てて、すべて見えるような状態で並べると取り出しやすく分かりやすいバッグの収納が完了する¹⁵⁾。

6. クローゼット内の分類とワードローブの選び方

最後にクローゼットに並べる服の分け方について調べてみた。

輪湖もなみの書する「幸せなクローゼットの育て方」によると、「①3シーズン着る服（真夏と真冬以外の服）②真冬しか着ない服…コートやダウンなどの重衣料、厚いウールのジャケットやセーターなど③真夏しか着ない服…半袖ブラウスやシャツ、サンドレスなど」とまず持っている服を3つのグループに分ける。

「着たい服を見やすく、取り出しやすいようにするのはもちろん、今必要ではない服を目につかない場所にいったんしまっておくというのは、とても大切なことなのです。クローゼットの手が届きづらい場所、死角になる場所に「真夏の服」と「真冬の服」をまとめてしまっておきましょう。」と、一年を通して着用の頻度の高い服とそうでない服とを分類する¹⁶⁾。

ではその3シーズン着回すことのできる服はどのようにクローゼットや引き出しへ収納するのだろうか。筆者は、服を6つのグループに組み分けすることを勧めている。ふだん一番よく着ていて、スタイルもカバーできる、なおかつ黒やグレー、紺などのベーシックカラーに分類される服を“ベーシック1軍”と名付け、次にクリーニングやアイロンなどが必要とされるような素材のものや、ボトムスの中でも二番目に選ぶ事の多い型を“ベーシック2軍”と決める。続いてフードがついているパーカーやデニムなどを“カジュアル”に分類し、ここまでの3つの組み分けで、通常のファッションはどのように組み合わせても違和感なく組み合わせることができるという。さらにときめく服を集めた“おたのしみ”組、ワンピースやパーティードレス、スーツなどを集めた“ドレス”組、3シーズン着られるようなコート類をまとめて“コート”組にし、全部で6グループに分類し収納するという方法である¹⁷⁾。

また、必要最低限の少ないアイテムでワードローブを構成させる人々は“ミニマリスト”と呼ばれているが、これに関しては少ないアイテムの着回しテクニックを紹介している「フランス人は服を10着しか持たない」に興味深い内容が記されていた。筆者がフランスに留学した際にフランス人は大凡10着のアイテムで自分のワードローブを構築しているということに気づき、自分でも約10着のアイテムで1ヶ月間過ごす実験を行なったことが書かれていた。その選んだ10着については「10着のワー

ドロブ」をすべて高い服で揃える必要はない。お金をかけるべきなのは、コートや靴、サングラス、ハンドバッグ、カクテルドレス、ジーンズ、時計、ジュエリーなど。こうしたアイテムは長く使えるので、何よりも質の良いものを選ぶのが重要。それにこういうところにお金をかけておくと、手頃な価格の服と合わせても全体的に高価な感じに見える。」と記されている。そして今日何を着るかがすぐに決められたり、買い物をしたいという欲が治まったりなど、1ヶ月間とても快適に過ごせたという¹⁸⁾。

7. おわりに

“部屋の乱れは心の乱れ”とよくいうが、ワードローブの状態はまさにその人の内面が表されている気がする。なぜならファッションは一種の自己表現であり、その人の心境を表す鏡となる。例えば整頓された美しい状態のワードローブは、自分の意志や思いがはっきりとしていて迷いがないように感じる。しかしワードローブ全体が、大まかなイメージの方向性や統一感なくバラバラであったり、把握しきれないほどの過剰な量、乱雑に置かれている状態であると、ざわざわとした心境が手に取るように伝わり、どうすれば良いのか、何を選べば良いのかははっきりしないように感じる。

ワードローブを構築する上での適正に衣服を管理するための捨て方や選び方、片付け方については、義務教育で習得した家庭科の衣生活に対する基礎知識と合わせて習得すべき内容であると感じた。

- ・選択する力…今の自分のライフスタイルを見直して、何が必要でそうでないかを見極める力。
- ・決断する力…必要ないと思ったら、もったいないと思わずきっぱりと捨てることを決める力。
- ・行動に移す力…いつかしよう。などと思わず、即座に行動する力。

この3点は、将来自立した一社会人として生活を送る上では必要不可欠な思考であるため、授業でも特に重点を置き、今後取り入れていきたいと思う。

また衣類の片付け方やワードローブの選び方について調べていく中で、衣服を捨てられずに大量に所有していることは、必ずしも衣服を大切にしていることでは無いということにも気づいた。“断捨離”を用いて、いるものといらないもの、必要なものとそうでないものを自分で見極めていく力を磨くことが極めて重要なことであり、目の前にあるものをしまう、片付けるのではなく、本当

に自分にとって何が必要なのかということをお金を一つ一つ手に取り確かめ、問いかけるように選別することでこれまで気付くことの無かった衣服への様々な感情が湧いてくるのではないだろうか。

8. まとめ

自分で必要だと思うものを選択する力、決断する力、行動に移す力が身につくと、ワードローブの構築だけには止まらず、精神面にも変化が現れるという。一つ一つに向き合い自ら選択した結果が自信となり、日々の勉強や、仕事、人間関係などにも影響し前向きに取り組む姿勢ができることが分かった。

今後の授業では衣服の持つべき適正な量や選ぶ思考(自分のライフスタイルに合ったもの、自分らしさを表現してくれるもの、質が良く長く着られるものを中心とすることなど)や、自分に必要なものを見極める力を磨くことに重点を置いた授業に取り組みたいと考えている。

参考文献

- 1) 辰巳渚：「捨てる！」技術，29（2000），宝島社，東京
- 2) 中学校学習指導要領解説，15・93-94（2017），文部科学省
- 3) 辰巳渚：「捨てる！」技術，6-7（2000），宝島社，東京
- 4) 同上 47
- 5) 同上 62-63
- 6) やました ひでこ：新・片付け術 断捨離，4（2009），マガジンハウス，東京
- 7) 同上 22
- 8) 近藤麻理恵：人生がときめく片づけの魔法，62-63（2011），サンマーク出版，東京
- 9) 同上 64
- 10) 近藤麻理恵：人生がときめく片づけの魔法2，90（2012），サンマーク出版，東京
- 11) 近藤麻理恵：人生がときめく片づけの魔法，92（2011），サンマーク出版，東京
- 12) 近藤麻理恵：人生がときめく片づけの魔法2，102（2012），サンマーク出版，東京
- 13) 近藤麻理恵：人生がときめく片づけの魔法，110（2011），サンマーク出版，東京
- 14) 同上 117
- 15) 同上 200
- 16) 輪湖もなみ：「いつでもおしゃれ」を実現できる 幸せなクローゼットの育て方，48-49（2018）
- 17) 同上 42-100
- 18) ジェニファー・L・スコット，訳 神崎朗子：フランス人は10着しか服を持たない，72（2014），大和書房

Summary

When you discover the power to choose the things you need, to make decisions, and to act accordingly, you will not only end up with a full wardrobe, but you will also develop a certain mental strength. It just so happens that as a result of choosing by oneself, we can develop self confidence, and also a positive attitude that can influence daily study, work, and human relationships.

In future lessons, we will cultivate the ability to choose the appropriate garments that fit out lifestyle, express our personality, are of decent quality, and that we can enjoy wearing for a long time. I would therefore like to bring to you a class which puts an emphasis on developing the ability to identify what is necessary for you.