

◆断行（不要なものを断つ）・捨行（不要なものを捨てる）・離行（物への執着から離れる）の1文字目をつなげて「断捨離」だそうです。一見捨てるだけのように見えますが見た目以上に難しいものです。皆さんはどのように断捨離をしていますか？ 広報担当

て一まは…
断捨離

◆断捨離ブームはまだ続いていますね。平均寿命の半分を過ぎたら、捨てる気持ちは出ましたが、私は根っからの捨てるラレネーゼ。みなさんの投稿楽しみにしています。

弘前市の組合員さん

余命宣告をされた母の事で

す。体が動くうちにと、わずかばかりの衣類と、大好きなものを残し、すべて捨てて病院に入院しました。色々な検査をして頂き、希望であれば処置もないので退院して家で好きなように過されては？とお医者さんの言葉に退院。体調が回復して、とうとう、畑に出て野菜や花を育てられるよう元氣になりました。嬉しかったのですが、困った事に、自分のお金の管理も家族に渡してお願ひしてしまった為：必要な時に、自由にならな

断捨離、今まさにしているところです。私のタンスの中身が、子どもの小さい頃の服とかも入っていて、ゴミ袋10個分にもなりました（笑）。なにしろ太ったので、ほぼ全部着られなかったです。まだまだ捨てるものがたくさんあるのです。がんばりたいです。とは思うものの、生来の手を抜きたい病が時々襲ってくるのので、自分との戦いが大変です。

弘前市のM・Mさん

弘前市のM・Mさん

も生きられないと言ったから、まさかこんなに生きていられるとは、思わず……に」

結局、最後は、欲しいものも買わず、食わずに我慢して亡くなつたのかなあ……？と思ふと、残念です。とは言え、捨てて正解だつたのかなあ……？とも。私にとっては宝物でも、残していたら子供たちにはゴミとなるかもなあ？いろいろ考える断捨離です。

4月からずくつと家にいたので、自分の物（着る物）を整理しようと思つてタンスの中のもの着る物、着たくない物、いらない物など調べていったら、ゴミ袋6つ、リサイクルに出すかなあと思つたけど、3回に分けて町のゴミ回収に出しました。でも、まだまだあります。ちよつとずつ片づけようと思います。そのおかげで部屋が広くなりました。フフフ。

むつ市の組合員さん

・今回のコロナウィルス、影響でステイホーム!! 家に居る事で掃除、整理整頓等々。で、思いきつて本棚（大）を処分。もちろん本も!!（数百冊）部屋が広くなりました。すつきりです。いい機会なので着なくなった服、使つてない食器も。少しづつでも使わない物、必要な物を断捨離して行きます。

弘前市の笹田良子さん

今回のコロナで4月の中旬より特に何もする事が無くなり、家の片付けをする事にしました。最初は、まず洋服から。よくテレビで見ていると必要、不必要、少し考える、の3パターンでの片付けを目にしていたのですが、今回私は必要、不必要の2パターンに分け断捨離を始めました。まあある事。商札が付いているもの、あれこんなものもあった。思い切り片付けたらゴミ袋10コ位にもなりました。よくこんなに購入したものだ。今後は、しばらくは買わない様にしようと思心誓いました。が、先日お店に用事があり寄ったら気に入った物があり買ってしまった。これって病気？次は寝具の片付け。これはもらってくれる人がいて処分出来ました。次は台所。まあ使いもしないフライパン、ナベ、瀬戸物他どこかでフリーマーケットでもしないかしら。

この言葉が出はじめた時に、今やろうと思う、45ℓのゴミ袋4袋断捨離しましたが、そのあと続かなくて、まだまだ片付けたいこの家中です。

七戸町の山本志保子さん

暮らしていると不用になつた服や、今はもう使っていない物、いつかは使うかも!と押入れにしまっていたけど5、6年使わずじまいで結局は物で部屋がせまくなつて困っている人もたくさんいらっしゃるのではないでしようか

：、そういう商品を組合員さんにお分けするコーナー、例えば「差し上げますコーナー」又はゆずつてくださいのコーナー」があつたら助かるのですが。企画の方を宜しくお願いします（もちろん、送料は着払いでいかがでしょうか）。

三沢市の三浦美佐子さん

三沢市の三浦美佐子さん

ずっとあけていなかったダンボールに、若い頃集めていたエプロンが大量に出てきました。捨てるに捨てられず、洗たくしてアイロンをかけて……とにかく一度使ってから捨てようと、毎日エプロンをかえています。若かった頃の夢いっぱいだった自分が少しなつかしいやら……。人生を振り返る機会になりました。

黒石市の阿部恵美さん

生活は「安全」を一番に考
えているので、古くなった食
物・薬、欠けている食器、歩
きにくい靴など…危ないなど
判断したら捨てています。

八戸市の小川祥子さん



おうちすつきり・きれい

- ・お家の中にある「お宝」のお片付けをお手伝いいたします。
- ・出張料無料！買取・処分の際は、粗品プレゼントします。
- ・四次元ポケット各店舗（黒石本店・十和田店・五所川原店）で
お買い物の際、「組合員証」提示で10%OFF！※貴金属、金券、
一部商品は対象外
- ・お電話または、共同購入注文用紙に申込番号をご記入ください。
不用品買取・処分申込 **287728** （2週間以内にご連絡いたします。）

ご提案ありがとうございます。
リユースや組合員間の交流という面でも良いと思うのですが、広報担当でトラブルへの対処等ができないため残念ですが、組合員間での物品の受け渡しのご案内はできません。
ですが、生協ではサービス事業として左記の不用品の買取・処分のご案内をしておりますので、断捨離する際はご利用いただければ幸いです。

広報担当