

モノの数は不安証拠品! 30日間“断捨離”で今度こそ捨てられる!

累計400万部突破の  
人気著者 新刊!



クレーターコンサルタント  
やました ひでこ 監修

1日  
1か所

# 捨てる!

# ワークブック

TJMOOK  
宝島社

## 社会貢献となる団体に送る

衣類を寄付することで、困っている人たちの役に立つ社会貢献ができるシステムもあります。設置されているポストに衣類を入れるだけの団体もありますし、箱づめを行い宅配業者が回収を行ってくれる場合も。

### 例 / 古着deワクチン

衣類を専用回収キットに詰めて送るだけ。1口につき5人分のポリオワクチンを世界の子どもたちに寄付でき、衣類は開発途上国で再利用される。片づけと社会貢献が同時にできてお部屋と心もスッキリ。

〇〇区 古着 寄付

検索 🔍

1. 「自分でやっと捨てられた!」

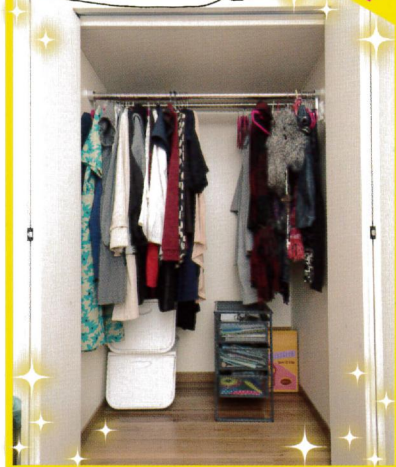
Before



収納グッズは  
いらないモノ No.1

「私が」使う  
モノだけ置けば  
スペースが!

After



えなくて  
いい!

でも…

なんとなく…

せつかく…

が出たら  
ポイツ!

# 捨てる3か条で誰でも カンタンに断捨離!