

# 〔 もくじ 〕

はじめに	2
ポムポムプリンのしょうかい	4

## 第1章 おかたづけのキホン

おかたづけってなんだろう？ どうしてするの？	10
おかたづけ前の準備	12
おかたづけの基本ステップ	14
いらないものを手ばなす方法	20

## 第2章 自分の場所をかたづけよう

おかたづけタイプ診断	24
つくえをかたづけてみよう	27
つくえの上のおかたづけ	31
つくえの引き出しのおかたづけ	35
本だなおかたづけ	39
リビングで勉強するためのおかたづけ	43

## 第3章 整理整とんしよう

かばん・さいふの整理整とん	49
しゅみのものの整理整とん	53
洋服の整理整とん	61
スマホ・タブレット画面の整理整とん	69

## 第4章 学校のもちものを整えよう

筆箱の整理整とん	75
ランドセルの整理整とん	79
提出物・おたよりの整理整とん	83
学用品・習いごと道具の整理整とん	87

## 第5章 おかたづけをつづけよう

きれいをキープするコツ	93
おかたづけのやる気がアップするヒント	97
おそうじもしよう	101
おうちの人とかたづけよう	105
おわりに	110