

人気文筆家・編集者の広瀬裕子 待望の新作
～ほんとうに整えたいのは、自分自身～

『手にするもの しないもの 残すもの 残さないもの』

日々の生活をよりよくするためのヒントとなる本を出版する株式会社オレンジページ(東京都港区)は、2月2日(木)に広瀬裕子さんのエッセイ『手にするもの しないもの 残すもの 残さないもの』を発売しました。



『手にするもの しないもの 残すもの 残さないもの』



広瀬裕子

かろやかにつぎの場面へ……大人世代の女性の生き方のヒントが詰まった一冊

シンプルなライフスタイルやその生き方が多くの支持を集めている、人気文筆家・編集者の広瀬裕子さん。待望の著者最新刊となる本書では、片づけや掃除を通して「自分自身をみつめる」「心を整える」ためのヒントが綴られています。広瀬さんがご自宅で実践する整え方を素敵な写真とともに紹介。読み終えるころには、きっと、気持ちがかろやかになる一冊です。



写真左／「さっと掃除したいときは、ほうきが使い勝手がいい」と広瀬さん。はたき、ちりとりもおなじ店のもの。
写真中／「たまたま買ったアルミの箱にコーヒーフィルターと紙ナプキンがぴったり。サイズを測り買うことはめったに
なく、買ってからつかい道を考えます」
写真右／エプロンとして縫ってもらったカディ(インドの手紡ぎの布)をまとって。おなじ形のカディが数枚あり、つか
ったらその日に洗濯するそう。

【目次】

第一章 向きあう

これがほしい から、これがあれば、へ／なくても大丈夫／必要なのは、自分を知ること／
大切にしていること その思いが場をつくる ほか

第二章 整える

何のために整えるのか／余白の収納／離れて眺める／いごちのいい場へ ほか

第三章 つづける

とりあえずをやめる／すくなくても、多くても／生かす部屋／出会いのなかで ほか

文筆家、編集者 広瀬 裕子

単行本の執筆をしながら、「衣食住」+「からだ・こころ」について活動している。著書に『50歳からはじまる、あたらしい暮らし』（PHP研究所）、藤田一照氏との共著に『あたらしいわたし 禅100のメッセージ』（佼成出版社）など。<http://hiroseyuko.com/>

『手にするもの しないもの 残すもの 残さないもの』 広瀬裕子

2月2日(木)発売 1400円(税別)

A5判、アジロ綴じ、総ページ132ページ

<http://www.orangepage.net/books/1146>

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋 4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434