

「今よりも物を減らしたい」人、50代は91.2%

不用品を捨てて自分に変化があった人 73.0%

「捨てる」ことで、部屋にも心にも余裕が生まれる!?

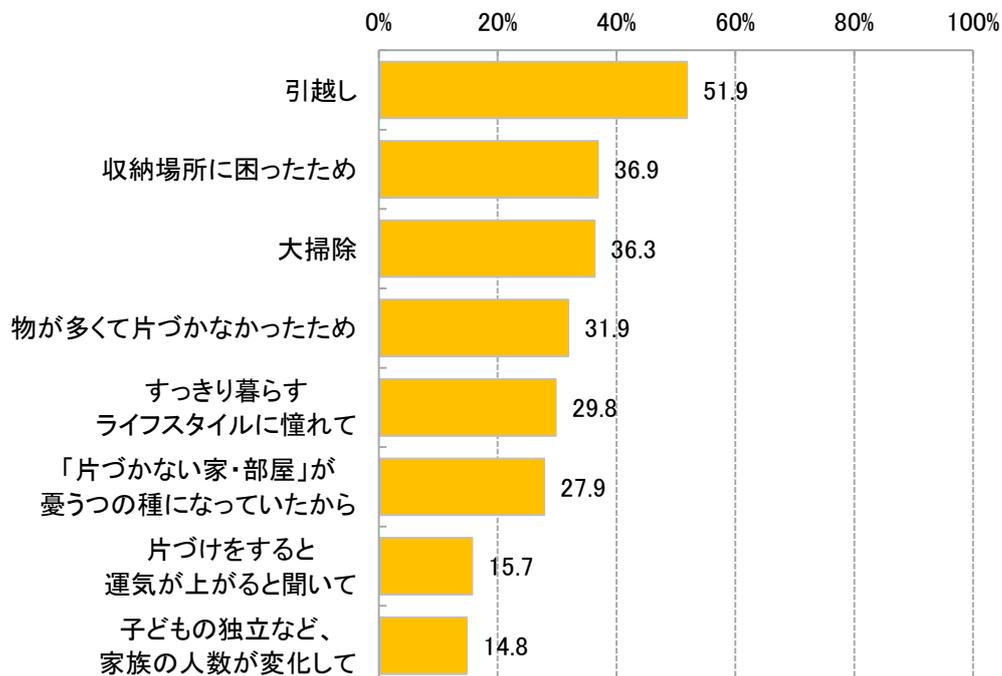
「オレンジページくらし予報」では、全国の成人女性を対象に「不用品の処分」について調査を実施しました。「今よりも物を減らして暮らしたい」と回答したのは全体の85.0%。年代が上がるほど「減らしたい」傾向が顕著で、20代では66.0%なのに対し、50代では91.2%に達しました。多くの人が「物を減らしたい」というマインドに傾いている背景と、実際に「捨てた」人の変化を探りました。

【ダイジェスト】

不用品の処分、50代は「家族人数の変化」が大きな動機に
捨てたものは「衣類」がトップ、家族の物をこっそり捨てる人は3割
不用品を処分したら、衝動買いが減って部屋も心もすっきり！

[Q]不用品を処分したきっかけを教えてください。

(持ち物の大量処分をした人、n=567、複数回答のうち上位8つ)



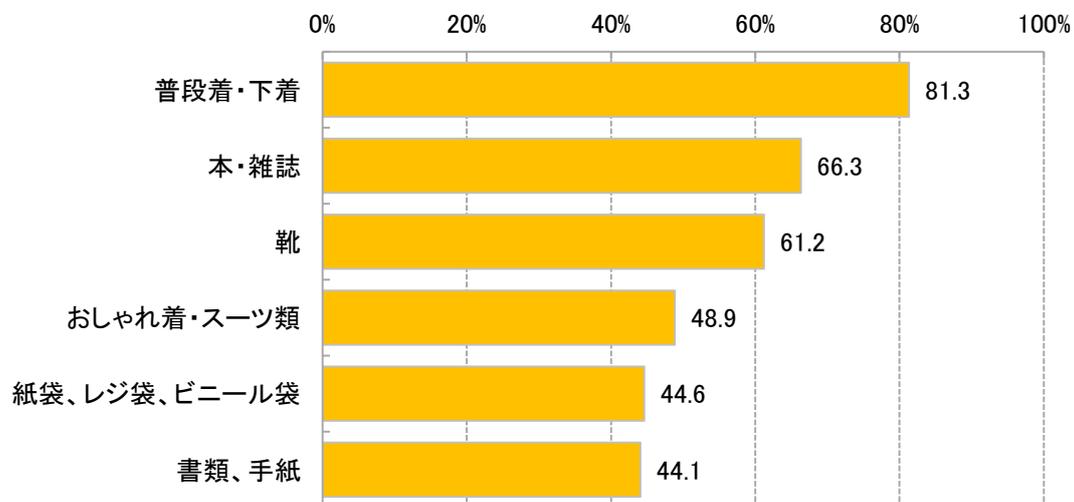
不用品の処分、50代は「家族人数の変化」が大きな動機に

まず、「どのような暮らし方をしたいか」聞いてみると、「今よりも物を減らして暮らしたい」が85.0%と、圧倒的多数に。「減らしたい」傾向は年代が上になるほど強く、20代では66.0%なのに対し、50代では91.2%に達しました。このように50代が強く「減らしたい」モードになる要因を、不用品を処分したきっかけから考えてみました。全体では1位「引越し」51.9%、2位「収納場所に困った」36.9%、3位「大掃除」36.3%なのに対し、50代では、1位「引越し」40.3%、2位「収納場所に困った」34.0%は変わらないものの、3位「物が多くて片づかなかった」31.3%、4位「子どもの独立など、家族人数が変化」30.6%、8位「親の家の片づけや整理」15.3%と、他の世代とは違う項目がランクインしています。

年齢を重ねると、「いつか使えるかも」と保留にしてきた物がたまり、簡単には片づけられないもの。しかし、50代は「子どもの独立」など、ライフスタイルが大きく変わる節目のとき。そこに、「親の家の片づけ」で、物の多い暮らしに危機感を覚えるなどの要因が重なり、「両親の服を整理していたら、いつのまにか家族みんなの分も処分したくなった」（50代・フルタイム）というように、「片づけるなら今！」と、「暮らしのダウンサイジング」スイッチが入るのかもしれません。

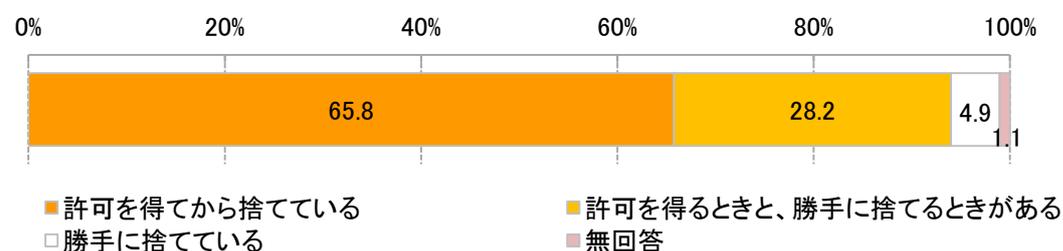
[Q]不用品として処分したものをすべてお選びください。

(持ち物の大量処分をした人、n=567、複数回答のうち上位6つ)



[Q]家族のものを捨てるときに、本人の許可を得ていますか。

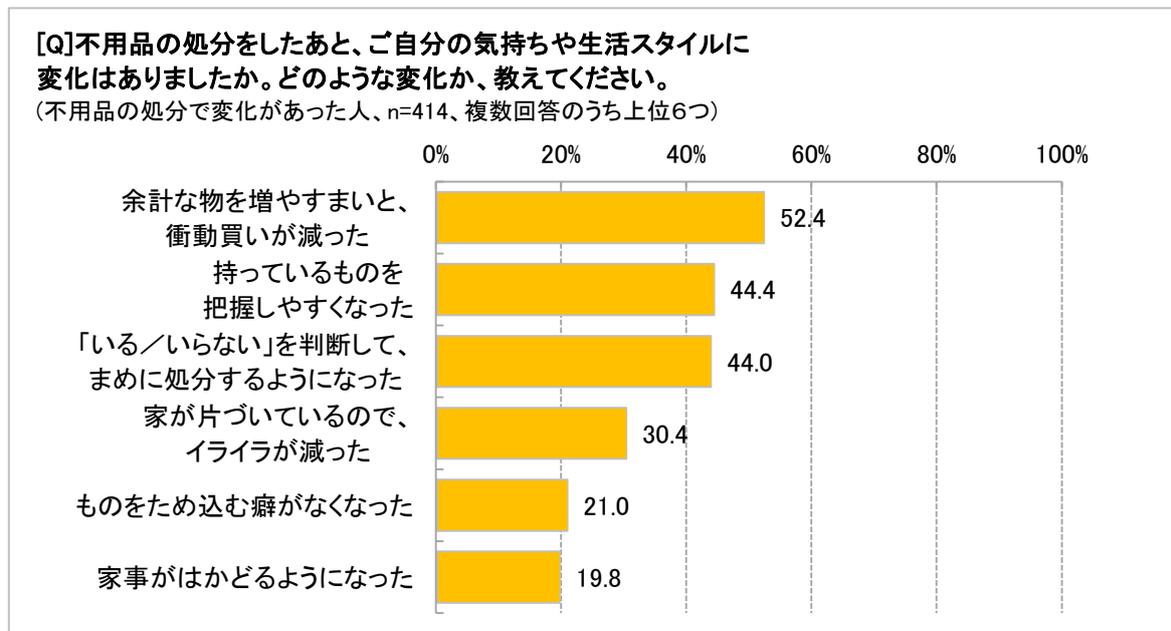
(持ち物の大量処分をした人、n=567)



捨てたものは「衣類」がトップ、家族の物をこっそり捨てる人は3割

持ち物の大量処分をした人に、「不用品として処分したもの」の内訳を聞いたところ、1位が「普段着・下着」81.3%、2位が「本・雑誌」で66.3%、3位が「靴」で61.2%。処分した量に関しても豪快なエピソードが寄せられ、「結婚を期に、洋服を60kg処分しました！」(30代・パート)、「2年以上使わなかった靴や洋服、日用品などを捨ててみたら、ゴミ袋16袋になった」(50代・派遣)など、捨てるからには徹底的に整理した人が目立ちました。

ただし、家族内に「捨てたくない」派がいて、片づけが進まないケースも。「家族の物を捨てるときに、本人の許可を得ていますか」と聞いてみると、「許可を得るときと、勝手に捨てる時がある」が28.2%、「勝手に捨てている」が4.9%で、3割強の人がこっそり捨てている実態が明らかに。「本人も忘れていたので問題なし」(30代・パート)という人もいれば、「何年も着ていない洋服を捨てたら、大切にしておいた服だったため大問題に」(40代・専業主婦)という人も。「心地いい物の量」は人それぞれ。家族のコンセンサスを得るのは、一筋縄ではいかないようです。



不用品を処分したら、衝動買いが減って部屋も心もすっきり！

こうして物を大量に処分すると、「気持ちや生活スタイルに変化があった」が73.0%。じつに7割以上の人が、何らかの変化を感じていました。具体的には、「衝動買いが減った」52.4%、「持っているものを把握しやすくなった」44.4%といった人が多く、物を減らした状態をキープするよう、自制する意識が生まれるようです。また、「家が片づいているので、イライラが減った」30.4%と、心理的な効果を感じる人も目立ちました。「気分が軽くなって、動く気になる。古いものを捨てる時、何かしら良い新しいものがやってくる。」(50代・フルタイム)、「大切にしていた物が、実はいらないと気づいた。心まで軽やかになった。」(40代・専業主婦)など、部屋だけでなく心まですっきりしたという声がたくさん寄せられました。片づけで持ち物を吟味していくうちに、「今の自分に必要な物」「大切にしたいこと」が明確になり、部屋が片づくのはもちろん、気持ちも整理できるのかもしれません。

「物を減らしたい」「すっきり暮らしたい」という今の風潮にも、はっきりとした世代差が浮き彫りになった今回の調査。若い世代は、引越しなどの事情や、憧れの暮らしに近づく手段として「物を減らそう」と思うのに対し、50代にとっては、「家族人数の変化」や「親の家の片づけ」といった、人生の節目のタイミングで物を大量に処分しているようです。50代の片づけは、老いたときに困らないための「危機管理」、あるいは「終活」の第一歩なのかもしれません。

アンケート概要

- 調査対象：オレンジページメンバーズ・国内在住の女性（有効回答数 1043 人）
- 調査方法：インターネット調査 ●調査期間：2018 年 5 月 25 日～6 月 5 日

●「オレンジページ暮らし予報」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまな暮らし情報・暮らし体験によってはぐくまれた“暮らしの目利き”たちが数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて「次の暮らし」を読み解いていくのが「オレンジページ暮らし予報」です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 33 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。発行部数=314,050 部（2017 年印刷証明付発行部数）。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8418

取材お申し込み

株式会社オレンジページ 広報室 遠藤

press@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8421