PRESS RELEASE

株式会社 Homeport

〒105-0013
東京都港区浜松町 1-3-2
＃3501

2021 年 12 月 6 日

報道関係各位

片づけが将来の求められる人材育成の救いに！
中学生から実践する人間力トレーニング講座

横浜女学院中学校高等学校にて実施(12/22、1/19)

株式会社 Homeport（代表：西崎（にしざき）　彩智（さち）、本社：東京・港区、以下 Homeport）は、横浜女学院中学校高等学校（横浜市中区、学校長：平間宏一、以下 横浜女学院）に通う生徒向けに「人間力を鍛える片づけ講座」を 2021 年 12 月 6 日、2022 年 1 月 19 日の 2 日間で実施します。片づけを習慣づけることで人間力が育まれ、今社会で求められる「課題解決型」の人間形成に役立つことを実践を通じて生徒達に体験してもらうものです。

Homeport は女性向けの片づけ習慣化強化プログラム「家庭力アッププロジェクト®」（修了生約 1200 名 2021 年 11 月末現在）を通じて、片づけが家庭内に様々な好影響を与えることを実証しています。例えば片づける過程で家庭内のコミュニケーションが格段に上がり、夫婦関係が修復される、親子関係が良くなる、子どもの情緒が安定し不登校が改善される、成績がアップする、自分や夫の収入がアップするなどその効果はさまざまです。

Homeport はこの良いことばかりの片づけが、実はそれ自体が最高のセルフコーチングとなること、人間力が鍛えられることにフォーカスし、初の中学生向け講座を横浜女学院で実施します。

※画像はイメージです

◇家が片づくことで家庭内にもたらされる副産物に驚きの声（修了生アンケートより）

45 日間で家 1 軒を片づける、片づけ習慣化強化プログラム「家庭力アッププロジェクト®」の修了生は、家が片づいたことでもたらされる自分や家族の変化を実感されています。
＜以下　受講生アンケートより＞↓

◉片づけ始めると家庭内のコミュニケーションが活発になり、 皆リビングにいる時間が増えて、家族間の会話がとても増えました。
◉家が片づくと自己肯定感があがったな、と実感。それは私だけではなく、 子どもにも感じました。毎日小さなできた、を積み続けることができたからですね。
◉子どもの集中力が格段あがりました！ 今までは机に向かうことも嫌がっていたのに、今ではすぐ机で宿題をするように！ 信じられない！
◉小学生の息子 2 人が通う塾からいきなり電話。 「2 人の勉強法変えましたか？偏差値が 30 上がっています」 「家が片づいたからすぐ勉強できるし、やる気と集中力がついた、ママのおかげ」
家を整えたら、成績があがり、志望校に合格できました

◇片づけのどのようなステップで人間力が鍛えられるか

「人間力」とは何か？内閣府に設置された『人間力戦略研究会』による定義では、人間力は「社会を構成し運営するとともに、自律した一人の人間として力強く生きていくための総合的な力」とされています。そのための要素として①知的能力的要素　②社会・対人関係力的要素　③自己制御的要素の 3 つがあげられています。片づけを通じてこの 3 つを鍛えていくことができます。

1. Step1 片づけの第一ステップは自分の現在地を認識し、ゴールをイメージする
   今の自分（＝部屋の状態）はどこにいるのか？を客観視することからスタートします。理想の自分（＝部屋のゴール）と比較してどの位置にいるのかを明確にするためには理想の自分をイメージすることも必要です。

2. Step2 ノウハウや知識を学び、計画を立てる
   独りよがりの片づけはリバウンドを招きます。まずは知識として学び、理想のゴールに向けて実践可能なプランを立てます。共有スペースは家族の予定も考慮して作成します。

3. Step3 検証しながら計画を実行
   プランに沿って実行します。リバウンドしないためには動線を考えた家具の配置、必要な時にさっと取り出せ、戻しやすい収納を考えます。トライ＆エラーを繰り返しながら現時点での最善解を見つけます。

4. Step4 振り返り、定期的に見直す
   片づけは一生続きます。定期的に物の量や収納を見直してごきげんな暮らしをアップデートさせていきます。

【「人間力を鍛える片づけ講座」於　横浜女学院中学校 高等学校　概要】

1. 日　時

2021 年 12 月 22 日（水）、2022 年 1 月 19 日（水）　2 回授業
いずれも　14 時 20 分～15 時 45 分

2. 場　所

横浜女学院中学校高等学校
〒231-8661 神奈川県横浜市中区山手町 203 番地　TEL：045-641-3284
ホームページ：https://www.yjg.y-gakuin.ed.jp/

3. 対象者

中学 1 年生約 160 名（年齢 12 歳から 13 歳）

4. 授業内容

講師　（株）Homeport 代表取締役 お片づけ習慣化コンサルタント　西﨑彩智
1 日目
・導入　・理想と現状の洗い出しシート　・片づけの基本、7 つの習慣など講義
・アクションプラン作成（または宿題）
2 日目
・宿題、成果発表　・おさらい　・ゆめノート作成　等
※講義内容は変更になる場合があります。

5. 当日の取材について

事前に学校への申請が必要になりますので、ご取材希望の場合は下記の窓口まで必ず事前にご連絡ください。

【本件に関する報道関係者からのお問い合わせ、取材申込窓口】
株式会社 Homeport（https://nishizakisachi.com/）広報担当：石曽根
電話： 050-8881-4130　メールアドレス：info@nishizakisachi.com

ご参考

Homeport 代表取締役　西﨑彩智プロフィール

お片づけ習慣化コンサルタント。1967 年生まれ、岡山県出身。
大学卒業後、住宅メーカーのインテリアコーディネータとして働く中で、
家の仕組みを整えることと家族の生活動線の大切さに気づく。
その後、結婚し 20 年専業主婦を経験したが離婚。
離婚後は、ヨガスタジオの店長として、スタジオに通う多くの女性の
相談に応じるようになる。その時「外では仕事を頑張っている分、
家では疲れ切っている現実を抱えた女性が多い」ことに気づき、
そんな女性の力になりたい！と、得意の片づけを通じ思い切って起業。

福岡で始まったお片づけ習慣化講座「家庭力アッププロジェクト®」は
４名の受講生からのスタートだったが、現在は東京、大阪へと活動の場を広げ、
年に 3 回のオンライン講座は日本のみならず、海外からの受講生が集まるほど。
修了生は 1200 名を超える。

会社概要

会社名：　株式会社 Homeport
オフィス：〒105-0012 東京都港区芝大門 1 丁目 1 － 2 3　＃201
代表者：　西﨑 彩智
設立：　2019 年
URL：https://nishizakisachi.com/

事業内容：家庭力アッププロジェクト®をベースにした研修・コンサルタント事業
Homeport はこれからも、すべての家族が「毎日笑顔で、毎日"ごきげんな暮らし"」を送れるようなサービスを皆さまにお届けしてまいります。