

まいにちの6ヶ条

DESIGNER

Onishi **大西由美子の  
仕事と暮らし**

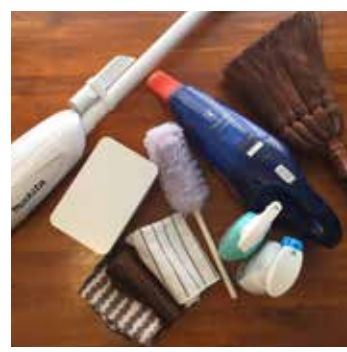
時に”神業”とも称されるスピード感と、  
確かなクオリティ。  
バランス感覚とセンス溢れるデザインを  
生み出し続ける彼女の素顔は、  
限られた時間を大切に、  
そして手を動かすことを惜しまない人でした。

am	6:45	起床、スマホチェック
	7:30	朝食 <small>※パンと作り置きของ煮卵や鶏ハム、前日の残り物のサラダなどが定番</small>
	8:00	長男送り出し
	8:50	次男送り出し 料理、掃除、買い物など
	10:00	仕事開始
pm	12:00	お昼休憩
	13:00	仕事再開
	15:00	長男帰宅、宿題チェック
	16:00	仕事終了、夕飯準備
	16:50	次男お迎え
	17:20	入浴 <small>※入浴から夕食までは自由時間。だいたいTVかネットショッピング</small>
	19:00	夕食
	19:30	後片付け
	20:00	子どもたち歯磨き、就寝準備
	20:30	子どもたち就寝
	21:00	書類整理、残りの家事をこなす
	21:30	自由時間 <small>※晩酌しつつ海外ドラマを観たりして過ごす</small>
	23:30	就寝



## 01 1日1箇所 — 念入り掃除

1日1箇所、ルーティーン+αで家のどこかを念入りに掃除する。小さな箱の中でも、サッシ1箇所でも、どこでも良い。小さなことでも継続すれば、達成感があるし、気持ちがいい。



我が家のコツコツ掃除グッズ

## 02 すきま時間は、 — 家事時間

毎日まとまった時間が取れないからこそ、すきま時間にサッと家事ができるよう道具を用意しておく。トイレに行くついでに洗濯物を片付けたりと、一つの動作で複数のタスクを処理する。自宅でこそ無駄な動きをしない。



お気に入りのdultonの2段ゴミ箱。  
家にあるゴミ箱はこれと脱衣所の2箇所のみ。

## 03 モノへの迷いを — 捨てる

いる? いない? と迷う時点で、自分にとってはほほいらないもの。モノが減れば片付けの手間も省ける。子どもたちのものはなかなか減らないけれど、そこは『期間限定』と割り切っている。





## 04 一旦寝かせてみる

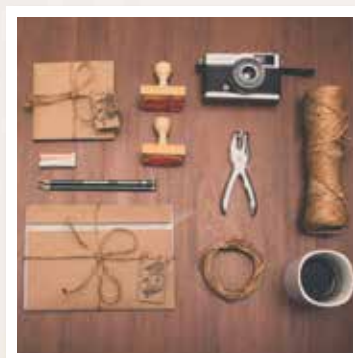
ずっと制作物を見ていると客観的に見るができないので、1日置いてみる。次の日に見てみると、新しい発見があったり、間違いを見つけられたりする。急がば回れ。



バレーボールは10代からずっと「好きなもの」。  
身体を動かすことが楽しい!

## 05 自分が好きなものを 探し続ける

新しいお気に入りを見つけるたびに、自分のマインドも変化している気がする。最近、長年「自分には向いていない」と思っていた海外ドラマに夢中。引き出しをたくさん持つためにも、好きなものは一つでも多い方がいいと思う。



## 06 手作業を 大事にする

いつもパソコンを使う仕事だからこそ、プライベートでは手紙や礼状を手書きで書くなど、なるべくデジタルに頼らない暮らしを意識している。手書きの温かさとか、文字から出る想いなんかは、パソコンの文字では出せない独特のものだし、大切にしたい。



### PROFILE

求人広告・雑誌の広告、パンフレット、ロゴ制作など幅広い分野で活躍。  
シンプルでいて印象的なデザインが得意。