

汚部屋すぎて...どうしたらいいの?!(ノ) という人向け

- 1. 装備を準備する
- 2. 生ゴミ、ペットボトル、吸殻を捨てる
- 3. 床、廊下、その他にある明らかに廃棄してよい可燃ゴミをポリ袋に投げ込め
- 備考

このページをプリントアウトしてPCの電源は切って作業すると効率UP(・\_・)!

## 1. 装備を準備する

1. マスク、軍手、生活ゴミ用ポリ袋（分別の必要分）。必要なら消臭剤。
2. 汚れてもよい服に着替える。
3. 長丁場にあるからちゃんと飯を食べておけ。水分補給の準備をしておけ。
4. ウエストポーチやポシェットを体につけておけ。通帳、印鑑、紙幣などを発見したら何も考えずに入れられる。
5. PC、TVは間違っても付けてはならない。
6. モニターに「掃除が終わるまでダメ」とでも書いた紙を貼っておけ。
7. 好きなアップテンポの音楽を流すのはOK。やる気がおきるぞ。

## 2. 生ゴミ、ペットボトル、吸殻を捨てる

1. ペットボトル、空き缶の中身を捨て、すすぐ。専用袋に投げ込む
2. 生ごみ、吸殻をポリ袋に入れる。マスクは必需品。カビの生えた水、吸殻をこぼすと悲惨な事態になり、やる気がうせる。最初に処分せよ。
3. 台所に汚皿など食器があれば、ここで処理するのがよい。人それぞれだが、中身が腐っていたりかびていたりする場合は食器や鍋ごと捨てるのもありという報告がある

## 3. 床、廊下、その他にある明らかに廃棄してよい可燃ゴミをポリ袋に投げ込め

1. 捨てる判断がつかないものは、大型ダンボール箱に投げ込んでおけ。後でまた考える。
2. 袋がいっぱいになったら、風呂やベランダに投げ込んでおけ。
3. 袋詰めにしても、ゴミ回収に出さなかったら、汚部屋脱出はできない。モニターや玄関に「 月 日ゴミ捨て」と書いた紙でも貼っておけ。その日は寝坊するな。
4. あまり大量のゴミを一度に捨てるのが恥ずかしいという書き込みが多々あるが、「おまえのことを気にしているヤツなどいない」
5. ただし、捨てる時間や量には地域ごとのルールがあるから、それは必ず守れ。

## 備考

1. ある程度のめどがついたら、大型ダンボール箱の判断保留品をやっつける。
2. 一時保留のダンボールの中身がなくなるまで、別のこと（押入れを片付ける、水周りを掃除など）はけっして行ってはいけない。可視床率90%以上のほこりまみれの部屋になるだろう。
3. そのあとはウェス ウェーブ 掃除機 雑巾がけの順でやる。掃除機は使う前にパックを確認しろ、たいてい詰まっていたほこりを吸い取らない風呂、トイレ、玄関などの特殊な場所はテンプレを見ろ。

「ウェス」=[wasteから、「ぼろ布」の意]機械類の掃除などに使う布。

- 中身のわからないダンボール箱は、1年以上空けていなければそのまま捨てる。
- 中身のわからないビデオテープ、フロッピーなどは、そのまま捨てる。
- 不燃物がでてきたら、空き缶やペットボトルなど分別に使っている袋に捨てる。
- 捨ててはならないものは、大型ダンボール箱に投げ込んでおけ。判断保留箱と間違わないように、外に大きく「要るもの」とでもマジックで書いておけ。