



2024年のGWは、暑さに注意！ 『インナーの衣替え』してる？ GW前に知りたい、お片付けのプロが教える収納術とは！

もうすぐゴールデンウィーク！今年は最大で10連休になると話題ですが、お天気について気になっている方も多いのではないのでしょうか。気象庁によると2024年は、4月28日頃から、この時期としては「かなりの高温」、またその後、5月～7月にかけて、全国的に気温が平年よりも高い見込みになります。GWが明けると、毎年、気温の変動がようやく落ち着きだす時期になるため、このお休みに“衣替え”をすることもおすすめです。

今回は衣替えや収納の意識調査の結果をもとに、お片付けのプロに聞いた収納の解決方法と、おすすめのアイテムを紹介していきます。



GWの気になるお天気 暑さに注意！

気象庁は23日、5月～7月にかけての3か月予報を発表しました。4月28日頃から、この時期としては「かなりの高温」が予想されています。またその後、5月～7月にかけて、全国的に気温が平年よりも高い見込みになります。まだできていない方は、このゴールデンウィークで、衣替えができるとういでしょう。

そもそも肌着の衣替え、してる！？

公式X（旧Twitter）のアンケート機能にて、「肌着の衣替え」に関する調査を実施。その結果、**44%**の人が肌着の衣替えをしていることがわかりました。

また約7割（**68%**）の人が衣替えに際して収納への困った経験がある、と回答しました。

調査期間：2024年4月24日～4月25日

調査対象者：@gunze_jp 公式X（旧Twitter）のフォロワー 118,663名 * 4月26日時点

調査方法：公式X（旧Twitter）アンケート機能

【調査結果】

Q.“肌着の衣替え”は毎年、毎シーズンしていますか？（150票）

している 44%、している時もある 27%、していない 23% 肌着以外もしていない 6%

Q.既に（GW前に）“肌着の衣替え”は済んでいますか？（145票）

衣替え済 34%、これからする予定 43%、する予定はない 23%

Q.衣替えの際、収納に困ったことはありますか？（167票）

ある 68%、ない 19%、衣替えしていない 13%

プロに聞いた収納術！

GWのタイミングでやり切りたい『衣替え』。冬物から夏物への衣替えは、梅雨を含め、湿度の高い時期を超えるため、いくつかの気を付けたいポイントがあります。整理がしやすくなる工夫を整理収納アドバイザーの鈴木久美子さんに教えていただきました。

■鈴木久美子さん プロフィール

肩書：片付け・収納専門家（もしくは整理収納アドバイザー）

整理収納アドバイザー1級・住宅収納スペシャリスト・クリンネスト1級の資格を持ち、片付けや収納の悩みを解決する専門家。個人宅での訪問サポートや、オンラインでのアドバイスも行う。

日テレ『ズームイン！！サタデー』、『ZIP』、TBS『ラヴィット』
NHK『ニュースウォッチ9』などTV・メディア出演も多数。



■片付けのプロに聞いた！！衣替えにおける収納のコツって？

◆要・不要を見分ける

次のシーズンも必ず着たい物かどうかをしっかりと分類します。特にインナー類は素材が伸びてしまっている物や、黄ばみや黒ずみが気になる物は不要として手放すことになってしまうため、購入時に質のいいものを選びましょう。



◆必ずお手入れ（洗濯やクリーニングなど）をする

次のシーズンまで残すと決めた物は、普段の洗濯よりもしっかりとお手入れしましょう。汚れが付着したままの物を入れておくと、衣類を傷める原因になります。



◆収納ケースは清潔に

収納ケースは必ずケースを清潔にしてからにしましょう。ケース内にホコリやダニが付いてはせっかく衣類をキレイにしたのに意味がありません。また、詰め込み過ぎないようにしましょう。シワの原因になるだけでなく、通気性が悪くなり臭い、シミや黄ばみの原因にもつながります。



◇ポイント

収納ケースにしまったら中の物が分かるようにラベルを付けるようにしましょう。その際は冬物と記載せず、『シーズンオフ（季節外）インナー』などと記載すると、冬物と夏物を季節ごとに入れ替えた際に書き替えずに済みます。

機能性だけじゃない！収納の悩みにもグンゼがフィット！



■「Fitte（完全無縫製）」（フィッテ）

縫い目がなく低刺激な綿混インナー

2分袖インナー

サイズ：M-LL

種類：グレーモク/ブラック/マルシェピンク/ホワイトベージュ

価格：¥2,200（税込）

洗濯絵表示のタグも転写プリントにすることで刺激を軽減。衿・袖・裾はアウターにひびきにくいよう、きりっぱなしのフラット仕上げ。オーガニックコットン混の肌ざわりが、やさしく体にフィット。生地の柔らかな風合いが長持ちするよう、耐久柔軟の加工付き。

お肌が敏感な方はもちろん、下着のラインが浮き出にくいので、服を選ばずデイリーに着やすいアイテム。



■「the GUNZE」（ザグンゼ）

1年中着られる、コットン100%の定番インナー人気のコットン100%インナー

【綿100%】VネックTシャツ

サイズ：S-3L

種類：ホワイト/ロイヤルベージュ/スミクロ

価格：¥1,650（税込）、3Lのみ¥1,750（税込）

日本製、天然素材・天然由来と着心地の良さにこだわり、安心して毎日使える定番インナー。2024年春にリニューアル。



データお待ちしております

■「アセドロン」

汗の不快が、サッ・シュッ・パッと瞬間逃亡。

汗取り付きタンクトップ

サイズ：M-LL

種類：ブラック/グレイッシュブルー/
ノーブルベージュ/ダルグリーン

価格：¥1,650（税込）

珪藻土の自然パワーに着想を得て、汗を瞬時に吸収し、素早く乾かす構造を再現。汗取り付きで脇汗も安心。



■「Tuche」（トゥシェ）

天然美容成分配合のお肌にやさしい綿100%インナー。

【着るコスメ】タンクトップ

サイズ：M、L

種類：パールベージュ/オフホワイト/
ブラック/ミスティブラウン

価格：¥1,210（税込）

天然美容成分を配合した、女性に嬉しい着るコスメインナー。

1年通して着用できる本体コットン100%素材のタンクトップは、ワードローブと相性の良いシンプルなシルエット。身頃には脇はぎが無いので、ごろつきにくく、肌への刺激を軽減。コットンのやさしい着心地。

