

CHECK

01

常温保存でも 冷蔵庫でも まずはここを抑えよう!

Basic

Point

- 上から見下ろせるように**縦収納が基本**
- 保管場所が引き出しではない場合も**ボックス収納**にして、**引き出し収納**にする
・段違いで収納するのも、後ろのものが見やすくてgood!
- 高い位置にある戸棚は、確認が難しいため**食品を置かないほうがよい**
・置く場合は、収納ケースに入れて引き出し収納にする



- 重ねない
- なるべくまとめる
・一列に並べる
- 詰め込みすぎない
- 手前に寄せる
- 定期的に動かす

消費期限・賞味期限のあるものは、【期限を確認しやすい環境】を作ることが大事です。

CHECK

02 保存のテクニク



開封済みの食品

封を開けたものは、専用の【収納ボックス】を作るのがオススメ!
調理の前にはまずここをチェックし、優先的に使いましょう。

調味料などの 容器移し替え

調味料など容器の移し替えをすると、容器の大きさや種類をそろえることで統一感がでてスッキリ見え、探しやすくなります。ただし手間になって続かなくなるのはNG! こだわりすぎず、無理なく楽しみましょう。



Method
無理をしない