

하루 15분 집안 리셋 체크리스트

내일 아침의 동선을 막는 네 구역만 골라 시간 상한과 중단 기준을 함께 적는 저녁 리셋 양식입니다.

오늘의 상한 15분 · 네 구역만 끝내기

1

식탁

3분

최소 행동

상판 위 물건을 제자리와 바구니로 나누기

중단 기준

식탁 상판의 절반 이상이 비면 종료

2

싱크대

4분

최소 행동

음식물을 비우고 그릇을 한쪽에 모으기

중단 기준

배수구와 조리 통로가 비면 종료

3

거실 통로

4분

최소 행동

바닥 물건을 임시 바구니에 담기

중단 기준

현관에서 소파까지 통로가 보이면 종료

4

현관

4분

최소 행동

신발과 내일 가방을 한쪽에 두기

중단 기준

문 앞 이동 공간이 확보되면 종료