



これから新しく住む家で、もっと快適に住んでいただきたい。今住んでいる家を、より暮らしやすく、そして生活を楽しんでいただきたい。そんな思いから、この夏号では、家事をラクラク&スムーズに更に楽しみながらできるコツをお伝えしていこうと監修させて頂きました。少しの工夫で家事はググッとラクに、楽しくなります！



日浦弘子 Profile

石田工務店勤務25年。
お客様の「夢」を叶える建築プランナー。ご要望を汲み取った、暮らしやすいプランニングに定評をいただいております!!
株式会社 樹石田工務店 主任
【建築プランナー・インテリアコーディネーター・整理収納アドバイザー】
NPO法人ハウスキーピング協会認定講師
整理収納に関してこれまでに講演実績多数。

収納片付け

キッチン収納の基本

適材適所の配置で使い勝手よく



つり戸棚は使用頻度の低いもの



高い位置には、使用頻度が低めの調理器具などを収納。紙皿や紙コップなどのレジャーグッズ、密閉容器などの軽いものをしまうのに適しています。無理なく手が届く高さの段には、食器などを収納してもいいでしょう。



調理台の上はよく使うものだけ



作業スペースをなるべく広く確保するためにも、調理台の上には余計なものを置かないのが理想。調理も掃除もしやすくなります。



シンク下は調理台で使うアイテムを



ボウルやざる、包丁、まな板など、水周りや調理台で使うものをしましましょう。排水管があり湿気がこもりやすいので、食品はしまわないほうがベター。



引出し収納は上に小物、下に重いもの



上段の浅い引出しには、カトラリーやキッチンツールなどの小物を収納。下段の深さがある引き出しには、フードプロセッサーやミキサーなどの重めの調理器具を。

アイテム別のしまい方

よく使うものを出し入れしやすく収納

鍋・フライパン



鍋はサイズ順に並べる
鍋はふたを逆さにしてセットし、その上に重ねていくと省スペース。大きいものを一番下にし、サイズ順に並べるのがポイント。



フタはひと所にまとめる
意外とかさばるフタは、1つのケースにまとめるという方法もあり。細長いケースに立てて収納すると、見やすくすっきり。



仕切りスタンドで立てる
フライパンや中華鍋、卵焼き器などは、柄の部分を手前にして立てて収納。仕切りスタンドや書類ケースなどを活用して。

アイテムの要・不要見極め法

当てはまったら処分を検討

- ✓この1年で一度も使っていない調理器具やツールがある
- ✓同じ種類、サイズの調理器具やツールを2つ以上持っている
- ✓焦げつきやすい、もしくは焦げつきが取れない鍋やフライパンがある
- ✓焦げたり、セットでそろっていない菜箸がある
- ✓欠けていたり、ヒビが入っている食器がある
- ✓ここ数年一度も使っていない食器がある
- ✓色やニオイがついたり、変形している密閉容器がある
- ✓おまけでもらった小袋タイプの調味料が大量にある
- ✓賞味期限が切れている食品や飲料、調味料がある
- ✓この1年で一度も使っていない弁当箱や水筒がある
- ✓この1年で一度も使っていないレジャーやパーティーのグッズがある
- ✓この1年で一度も使っていない調理家電がある

ラクラク
楽しい

家事のヒント特集!!

お掃除

キッチンのお掃除

ナチュラルな素材を使ってみよう

重曹



油汚れ、こびりつき、消臭など
いろいろな用途に使えて便利!

得意なこと

カップの茶渋、シンクのくすみ
生ゴミの消臭、
排水口のヌメリ・ニオイ

- 細かい粉末でそのまま使うと研磨効果がある。
- 油汚れや消臭にも効果がある。
- 水に溶けにくいので、溶かすときはよく混ぜる。
- アルミ、木製品、漆製品、畳、大理石は使用しない。

セスキ炭酸ソーダ



重曹よりも油汚れに強いので
頑固な汚れには大活躍。

得意なこと

コンロの油汚れ、
換気扇の油汚れ

- 重曹に比べて油汚れ、たんぱく質の汚れに強い。
- 湿気に強かたまりにくいので、常温保存が可能。
- 水に溶けやすく、水溶液にすると使いやすい。
- アルミ、木製品、漆製品、畳、大理石は使用しない。

クエン酸



重曹やセスキソーダには
落とせない水垢に効果的!

得意なこと

蛇口の水垢、
頑固な水垢

- 酢のようなツンとしたニオイがなく無臭。
- 水に溶けやすく、水溶液にすると使いやすい。
- 塩素系の製品と一緒に使用しない。
- 大理石、金属はNG。ステンレスは使用後よく洗う。

お掃除

浴室のお掃除

カビの予防と掃除

カビ予防の基本

①換気する

カビの好きな湿度は60～80%なので、湿度を下げるために、換気を。入浴後だけでなく、できれば1日中換気扇をつける。

③こまめに掃除する

カビが繁殖する際にはエサになるのは、人間のフケや垢、髪の毛、石けんかす。こまめに掃除して、カビのエサを除去する。

②水分を拭き取る

タイルの目地、ゴムパッキン、床と壁の境目などカビが生えやすい部分は、水分もたまりがち。こまめに水分を拭いて。

④カビの生えにくい収納にする

シャンプーなどのボトルは床に直置きしないでラックに入れる。掃除用のスポンジやブラシもつるして水分をきる。

生えてしまったカビの落とし方

もう二度とお風呂場にカビが生えない!

①50℃のお湯を90秒間かける

まずは、浴室に生えたカビを根こそぎ退治しましょう。ゴムパッキンや、タイルの目地に深く入り込んでしまったカビは、奥まで熱を伝える必要があります。実験の結果、「50度のお湯を90秒間かける」ことで、表面から1ミリ深くまで、50℃に達することが分りました。奥まで入り込んだカビも、ほとんどは表面から1ミリ以内にいるので、これでほとんど死滅させることができます。※シャワー以外の方法による加熱は危険なので行わないでください。

②カビ取り剤&目地修正グッズでピカピカに!

残念ながら、カビは死んでも黒いまま白くなりません。そこで、おすすめなのが「カビ取り剤」。優れた漂白作用があるため、黒く残ったカビの跡を、白くすることができます。カビが奥深くまで入り込んで黒さが取り切れない場合は、ホームセンターなどで売られている「目地修正グッズ」もおすすめです。タイルの目地やゴムパッキンのカビを、白く塗りつぶすことで、目立たなくすることができます。

③1週間に1回、50℃のお湯を5秒間かける

カビは直接お湯がかかると、5秒間で死んでしまいます。浴室で、カビの胞子が大きく成長するまではおよそ1週間～10日間。そのため、1週間に1回、カビが成長する前に、50℃のお湯を5秒間かければ、カビを予防することができます。※シャワー以外の方法による加熱は危険なので行わないでください。

お掃除

窓のお掃除

まずはホコリを取ろう



窓ガラスやサッシはホコリや砂などで汚れているので、いきなり水拭きしないで。まず、ホコリを取ると効率が良いです。

①窓ガラスのホコリをはらう

窓ガラスのホコリを外側から洗車ブラシで、上から下にはらう。洗車ブラシのような大きめのブラシでやると効率がいい。枠の部分のホコリもはらう。外側だけやればよい。

⑤スクイージーを上から下へ

最後は右側に水気が残る(左利きの人は左側)。右端を上から下へスクイージーを動かす。

②サッシのホコリをはらう

サッシのホコリも上から下へはらう。レール部分は毛足の長いサッシブラシを使うとラク。特に、隅のほうはホコリがたまるので、よくかき出す。

⑥残った水気を拭く

窓ガラスに残った水分を雑巾で拭く。下のほうに水がたれていることがあるのでしっかり拭き取って。

③スポンジで下から上にこする

水を含ませたスポンジで、外側を下から左右に動かして上へ。水がたれて自分にかかることがない。ホコリや砂なので、水だけで落ちる。気になる部分は住居用洗剤を使ってもよい。

⑦レールの汚れはウエス棒で拭く

窓ガラスに残った水分を雑巾で拭く。下のほうに水がたれていることがあるのでしっかり拭き取って。

④スクイージーを左から右に動かす

スクイージーを30度くらい傾け、左から右へ動かす(左利きの人は右から左へ)。一方方向に進むと拭きムラが出にくいので、まずは横方向に。使うたびに、スクイージーの水気を雑巾で拭くと使いやすい。

⑧内側は掃除用クロスで水拭きする

窓の内側は、ホコリよりも手垢や油分を含んだ汚れ中心。ぬらした掃除用クロスで拭く。上から下にコの字に拭くと効率がいい。最後に、乾いた掃除用クロスで拭くと、拭きムラが残らずにピカピカになる。