



年末年始を慌ただしく過ごされ、ご自宅のお掃除が滞っている…  
そんな方も多いのではないのでしょうか？  
そこで本号では、ちょっとしたお掃除のコツに注目してみました。

掃除の行き届いた部屋での快適な生活は、誰しもが理想とすることでしょう。しかし、現実には仕事や育児に追われて、なかなか掃除に時間を取れないという方は多いようです。掃除できないことが続くと、他の家はもっと綺麗なはず、自分だけが掃除できていないのではという思いがよぎると思いますが、生活スタイルによって掃除ができる頻度は異なります。家庭によって、生活スタイルの環境もみんな違います。お子様のいない家庭、お子様がまだ小さく育児が忙しい家庭、共働きをされていて留守が多い家庭では当然掃除の頻度は変わってきます。



一言で掃除と言っても、様々な作業があります。自分のライフスタイルと家の広さ、使う頻度などによって下記の3種類の掃除を分けて考えるようにしてみてもいいでしょうか？

- ① 「ながら」「ついで」で毎日する掃除。
- ② 5分から10分程度の時間を割いて汚れを除去することを目的に週2、3回程度する掃除。
- ③ 3ヶ月に一度、半年に一度、一年に一度、季節の変わり目などに、気合を入れてする掃除。

★汚れた場所を掃除するというよりも、家事に対して頻度を決めると掃除をスムーズに行うことができるようになりますよ。このように、自分の頻度を決めれば、家事を負担に思うことは少なくなるはずです。

## 水回り

## お掃除のポイント 【キッチン】

ピカピカだったはずのステンレスがいつの間にかくすんだり、白色や茶色の汚れが付いてしまったりします。場所別の掃除方法を確認してみましょう。

- **シンク**：汚れに重曹の粉を直接振りかけて汚れを吸い取ってから拭き取る
- **排水溝**：重曹の粉を排水溝に振りかけてからクエン酸入りのお湯を円を描くようにゆっくりとかけるとぬめりが落ちる
- **タイル**：重曹をぬるま湯に溶かしたスプレーを吹きかけてスポンジで擦る（目地はスプレーした部分にラップを被せてドライヤーの温風で汚れを浮かせてから歯ブラシでこそぎ落とすと良い）

## 裏技

### ★汚れがちなゴムパッキンのお掃除の裏技

泡タイプのハンドソープで汚れを浮かせてタオルで拭き取ると綺麗になります。また、少し頑固な汚れの場合には研磨剤が入った歯磨き粉を使用して歯ブラシで擦ると良いでしょう。

なお、ゴムパッキンに100円ショップでも手に入るカビ予防マスキングテープを貼っておくと、お掃除回数を減らすことができますよ。



# 【風呂場】

お風呂場は高温多湿になりやすく、カビが好む温度・湿度・栄養源の3要素が揃っています。



- **排水トラップ**：髪の毛や石鹸と一緒に溜まった皮脂汚れが最も溜まりやすい
- **浴槽エプロン内部**：エプロンを外せる場合は高圧洗浄機を使うと良い
- **浴槽の配管**：配管内を目視できず雑菌が残って繁殖しやすい
- **換気扇フィルター**：浴室で洗濯物を乾燥させている場合にカビが発生しやすい
- **椅子など小物類**：スポンジを使って中性洗剤でこまめに洗い流すと良い
- **蛇口など金属部分**：クエン酸でメラミンスポンジを使用して擦ると輝きに戻る
- **天井や壁の上面**：ハンディワイパーを活用すると労力がかからない



## ※鏡のウロコ汚れ（水垢）の落とし方

洗剤で洗った直後は綺麗になったようでも、主に水道水に含まれる炭酸カルシウムが付着して曇ってしまいます。

そこで、炭酸カルシウムには酸性のクエン酸含有の洗剤を使用すると効果的です。なお、レモンや酢を使っても良いです。

## ★お風呂の追い炊きでこれはやってはダメ！

入浴剤を使用したお湯の追い炊きは避けましょう。特に、塩化ナトリウムや硫黄を含んでいるものは配管を傷める可能性大です。

万が一追い炊きしてしまった場合にはすぐに浴槽からお湯を抜き、再度お湯を満たしてから追い炊きをして、配管内に溜まった入浴剤の成分を押し出しましょう。



# 【トイレ】

トイレを掃除しても臭いが取れない、という場合には、以下の部分を重点的に掃除してみましょう。

- **ウォシュレットのノズル**：便の跳ね返りがノズルに付着している可能性がある
- **床や壁**：尿が便器を伝って床に垂れたり尿跳ねによるしぶきが壁に飛び散っていることが多いのでトイレ用お掃除シートで綺麗に拭き取る
- **タンク**：水が常に溜まっていてカビが繁殖しやすい（止水栓を閉めてから作業しないとトイレ内が水浸しになるので要注意）



部屋は綺麗にしておきたいと思ってはいても、毎日の掃除は面倒だと思っている人が多いでしょう。しかし、毎日掃除をすることで運気が上がるなど、良い効果があるとされています。汚いから掃除するのではなく、綺麗を保つように掃除する心がけで作業に向き合しましょう。

また、毎日掃除を続けるためには、無理しないことがコツです。1分でもいいので、まずは毎日掃除することを意識しましょう！

弊社は損害保険会社7社、生命保険会社8社、少額短期保険会社1社を取扱い、お客様の企業経営から個人のライフプランまで総合的なリスクマネジメントをご提案いたします。現在弊社以外でご契約の保険の証券診断も承りますので、お気軽にご相談ください！

弊社では、募集品質の改善・向上への取り組みの一環として、お客様から忌憚ないご意見やご感想を伺っております。是非ともご協力ください！

“お客様アンケートのサイト”



[アンケート-東京セントラル\(tokyo-central.co.jp\)](http://tokyo-central.co.jp)

