



おきさちこさんのコラム

ナチュラルな暮らしを楽しむ

その 13 毎日10秒でできる「ついで掃除」で汚れを予防しよう

新しい年！ピカピカのお家で迎えている方も、そうでない方もいらっしゃると思います。掃除で疲れてしまう前に、毎日10秒で、汚れないように予防できることを習慣にすると、本当に楽です。

毎日必ず見るところをきれいにすると手取り早く気持ちが上がります。それは洗面所の鏡。住んでいる人はもちろん、お客様も必ず見ます。ここがきれいだと気持ちが良いです。きれいすぎると、自分の毛穴までよく見えますが笑。デンタルフロスをした後や、スプレーなどを使った後、洗顔後など、鏡にはいろいろなものがつきやすいです。洗面所の鏡は、お風呂の鏡ほど、汚れが頑固ではないので、毎日10秒できれいをキープできますよ。

方法は簡単。洗顔後にクエン酸水（水200mLの水に小さじ1杯のクエン酸を溶かす）をスプレーして、タオルで拭くだけ。顔を拭いた後のタオルでさっと拭いて、そのタオルをそのまま洗濯かごにポイ、でもいいと思います。リネンなど、毛羽立ちが少ないもので拭くと、すばっと一度できれいになります。

同じように洗面台の周りや中も拭きあげて完璧にするおうちもありますよね。でも私はそこまでしていません。だって洗面ボウルを拭いてしまうと、今度手を洗うとき、洗面ボウルを濡らしたくなくて、一瞬躊躇してしまうから（笑）。同じ理由で台所のシンクも磨いた後に水滴を取ったりはしていません（ゴキブリ予防には効果的ですが……）。拭いたらしばらくお茶も飲めなくなってしまうので。我が家はモデルルームじゃないですから。



クエン酸水は弱酸性のため、手に付いても皮脂を落とすことがないので、冬でも安心。蛇口のカーン周辺にもかけておくと水垢予防に。

そしてもうひとつ必ず毎日見るところがトイレの便器。毎日磨くのが理想ですが、そうも言ってられないこともありますよね。毎日磨いたとしても、磨いた直後に、誰かがおしっこをこぼすことだって……。せめて汚れをこびりつかないようにしておき、輪じみを防ぐ手抜き技をご紹介します。

同じくクエン酸水を使います。用を足した後に、便器の中にスプレーしておくだけ（※便器や便座の取扱い説明書などをよく確認してからご使用ください。塩素系の製品と一緒に使ったり、それらの前後に使用しないでください）。クエン酸水は、レモンや梅干の香りはせず、無臭ですが、どうしても香りが欲しい時は、クエン酸水に精油を数滴垂らしておけば、香りだけでなく抗菌効果も期待できます。クエン酸水は尿のアムモニアを中和し、飛び散った尿汚れが固まりや悪臭になるのを防いでくれます。自分が入った直後にお客様が入る時も、このクエン酸スプレーをしておくと、ニオイも消しておけるので気持ち良くトイレを使っていだけます。

便座の蓋を持ち上げたら、裏側が汚れていた！というときも、このクエン酸水をトイレトーパーに吹き付けて、拭きあげたらそのままトイレにポイ。雑巾を洗ったりするよりずっと楽。これなら続けられます。

今年は「ついで掃除」を極めてみませんか。それはさらなる手抜きとも言いますが……。こんなずぼらな私ですが、今年もよろしくお願いたします。

これまでの「ナチュラルな暮らしを楽しむ」はコチラ

▶ <http://www.shabon.com/column/>



興 幸子（おきさちこ）さん

大学で天然物化学を専攻し、製薬メーカー、調剤薬局に薬剤師として勤務。安全で気持ちの良い生活法を提案する「ナチュラル家事」の講師として各地で講演中。薬剤師、公益社団法人日本アロマ環境協会認定アロマセラピーアドバイザー、ハウスキーピング協会認定整理収納アドバイザー