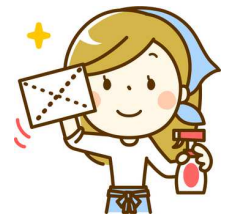




ムリせずラク家事！

## 毎日の“ちょこっと”お掃除習慣



掃除をしようと思ってもなかなか手を付けられない、ついつい後回しにしてしまう・・・なんてことはありませんか？週末にまとめて掃除をしようすると、汚れが溜まって時間がかかり、せっかくのお休みの日が掃除だけで終わってしまう、ということもあるかもしれませんね。

そこで、今回はパッと短時間で、サッと簡単にすませる「お掃除習慣」についてご紹介します。掃除が苦手な人ほど「出勤前の10分」など朝時間を使うのがオススメです。最初は慣れないかもしれませんが、毎日少しの時間でも繰り返していると自然と習慣化して、短時間で片付いて掃除がラクになり、きれいが長続きするようになります。しかも汚れを溜めないで、掃除時間と労力、掃除用洗剤も減らすことができ、エコ家事につながりますね。

### ちょこっとお掃除習慣 <その1> ながら掃除とついで掃除

きれいをキープする方法は、汚れを溜めこまないこと！そのコツは、何かをしながらついでにお掃除してしまうことです。忙しい朝の時間でもできる「ながら掃除とついで掃除」をご紹介します。

- 歯磨きをしながら洗面台の鏡に飛び散った水滴や汚れを拭く
- 使用したタオルを洗濯機に入れるまえに、タオルで洗面台と蛇口周りを拭く
- トイレを使ったあと一日に一回は便座を拭く
- お湯を沸かしたあと余熱のあるうちにやかんを拭く
- 食器を洗ったあとシンクも一緒に洗う、シンク周りを拭く
- コンロで調理後、余熱のあるうちにコンロ台を拭く



### ちょこっとお掃除習慣 <その2> すぐにお掃除できる状態をスタンバイ

日頃から、ちょこっと掃除に取りかけられる状態しておくことも、掃除の頻度を増やすコツです。思いついたときにさっと手に届くところに掃除用具を準備しておく、いつでも掃除に取りかけられるので便利です。

- 洗面台やシンクの近くに、小さく切った使い捨てのメラミンスポンジやウェスを置いておく  
(※ウェス: 古タオルや古着などをカットした汚れをふきとるための使い捨ての布のこと)
- トイレにトイレ用掃除シートを置いておく(拭き取り用洗剤とウェスをセットで置いておくのもOK)
- テレビの裏にハンディワイパーを置いておく
- すぐに掃除機やフローリングワイパーをかけられるように床には極力ものは置かない

自分のライフスタイルやお部屋に合わせて、少しずつ習慣づけしていくと、きれいな状態を保てますね。普段のお掃除が行き届いていると、大掃除もぐっとラクになります。いつもきれいで快適なお部屋を目指したいですね。

