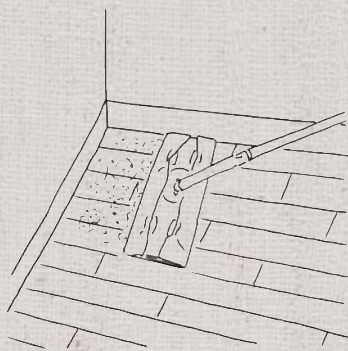


# 「そろそろ、ですよ！」

季節を安心して楽しむメンテナンス情報を  
マリモコミュニティからお届けします。



## 室内の花粉をしつかり とり除く掃除のコツ

花粉症に悩まされる人にと  
つて、憂うつな季節がやって  
きます。花粉症対策は1月  
末から始めておくのがベス  
ト。外出時のマスクはもちろ  
んですが、家の中の花粉をと  
り除く工夫も必要です。

「空気の通り道」を意識  
家の中で、もつとも花粉がた  
まりやすいのは玄関。次に多  
いのが、花粉のついた衣服を  
脱ぎ着する脱衣所や洗面所  
といわれています。小さくて  
軽い花粉は、風や人の動き  
によって室内を移動します。  
そのため、窓やドアの近くの  
ほか、部屋の隅や階段のよう  
な段差の角の部分などにも  
集まりがち。家具の下や電  
化製品の後ろなどは、ホコリ  
と一緒に花粉もたまってい  
るので忘れず掃除機がけを。

掃除機がけもひと工夫

掃除は、高いところから始め  
るのが鉄則。まずは棚などを  
水ぶきした後、床面の掃除  
機がけを。フローリングの場  
合、掃除機の排気で花粉が  
舞い上がるのを防ぐため、ペ  
ーパーモップなどでホコリ  
を1か所に集めてから掃除  
機で吸いとりまわす。カーペッ  
トの場合は、繊維に花粉が  
からんでいるので「1畳分  
に1分」を目安に、ていねい  
に掃除機をかけましょう。

掃除は朝がベスト

掃除タイムは、朝がおすめ  
です。午前10時ごろまでは  
花粉の飛散量が少ないので、  
換気のために窓を開けても  
安心。また、夜の間に花粉が  
床に落ちているため、掃除の  
効率もアップします。

## 調理家電のお手入れで キッチンをリフレッシュ！

すっかり年末に大掃除をし  
ておいても、すぐに汚れてし  
まうのがキッチン家電です。  
毎日のように使っているだ  
けに、見慣れてしまつて汚れ  
に気づかないことも…。

外側は食器用洗剤で

炊飯器や電子レンジといっ  
たキッチン家電の外側につ  
く汚れは、おもに油や手あ  
か、ホコリなどによるもの。  
水で薄めた食器用洗剤をつ  
けた布で、汚れをしつかりふ  
きとりましょう。その後、水  
ぶきで洗剤の成分をふきと  
り、さらさらからぶきをしてお  
くときれいに仕上がります。  
軽い汚れの場合は、エタノー  
ルでも簡単に落とせます。50  
〜80%程度に薄めたエタノ  
ールを布にスプレーし、汚れ  
をふきとりましょう。

電子レンジの中は蒸気で！

電子レンジの庫内のこびり  
つきは、蒸気でゆるめて落と  
します。耐熱容器に水1カ  
ップほどを入れ、電子レンジ  
で2〜3分加熱。蒸気で庫  
内が湿っているうちに汚れ  
をふき取りましょう。

重曹やクエン酸も活躍！

洗剤を使いたくない場合は、  
重曹やクエン酸を使いまし  
ょう。油や手あかなど酸性の  
汚れには重曹、水あかなどア  
ルカリ性の汚れにはクエン  
酸が有効です。どちらも、湿  
らせたスポンジなどにつけ  
てこすったり、水に溶かして  
使ったりすることができま  
す。ただし、アルミニウム製  
のものに重曹、鉄製・大理石  
製のものにクエン酸を使う  
のはNGです。



## 観葉植物を みずみずしく！

インテリアとしても欠かせ  
ない観葉植物。一年中美しく  
保つため、お手入れの基本を  
知っておきましょう。

定期的に「葉水」を！

観葉植物の多くは、高温多  
湿を好みます。とくにエアコ  
ンをよく使う今季節は、室  
内の空気が乾燥しがちです。  
水やりをするときに、葉にも  
水をスプレーしましょう。

強い日射しに注意

季節の変わり目は、植物の  
置き場所にも注意。いきなり  
環境が変わると弱つてしま  
うことがあるので、日射し  
が強くなってきたら、まずは  
レースのカーテン越しに日  
に当てるようにします。季節  
の変化に、植物を少しずつ  
慣らしていきましょう。