



1 2 月 の 安 心 か わ ら 版



大掃除の季節に見直しを！ないと掃除がラクになるもの

いよいよ年末となり、大掃除の季節となってきました。今年一年の汚れを落とすことも大切ですが、もっと掃除をラクにするために家の中を見直すのにもいいタイミングです。

掃除をラクにするためには、便利な掃除グッズなどを“増やす”よりも、掃除の手間を増やしているものを“なくす”ことがまずは大切だと、ナチュラルクリーニング講師の本橋ひろえさんはアドバイスします。

「便利だと思って使っているけれど、実は掃除の手間を増やしている・・・というものが意外に多くあります。それを使うことでかえって汚れやホコリがたまりやすくなったり、掃除しにくかったりする場合は、思い切って処分することも手です」（本橋さん）

そこで、年末の大掃除のタイミングで“なくす”ことを検討してみたい、ないと掃除がラクになるものをいくつか挙げてみましょう。

1. カーペット、マット類

敷くのが当たり前のように思われているカーペットやマット類ですが、実は敷いてあると汚れがたまりやすい上に、掃除がしにくく、洗濯やクリーニングなどの手間も増えてしまいます。簡単に洗えないからと汚れたままで放置しておく、においが取れなくなってしまうことも。玄関マットやキッチンマット、トイレマットなども、実はないほうが掃除がグッとラクになり、清潔さを保ちやすくなります。スリッパを履けば、足元の寒さを防ぐこともできます。

2. ゴミ箱

家の中にゴミ箱はいくつありますか？部屋ごとにゴミ箱があると、各部屋にゴミの回収に回らなければならず、面倒なもの。そこでゴミ箱はキッチンにひとつだけ置くようにしてみましょう。各部屋を回る手間がなくなるうえに、ものが減って床の掃除もしやすくなります。ゴミ箱が目につかないので、インテリアとしても快適な空間に。

3. 水切りかご

洗った食器を乾かすための、水切りかご。しかし、せっかく洗った食器を入れるのに、水切りかご自体がヌルヌルしていたり、水あかがついていたりして汚れている・・・なんてことも。思い切って水切りかごはなしにして、洗濯できる水切りマットなどを使うのがおすすめです。水切りかごがあると、かご自体の汚れやかごの周囲の汚れを掃除する手間がかかりますが、なしにすれば掃除がラクになるうえにキッチンを広く使えるようになります。

4. 浴室の棚

浴室の棚はシャンプーなどを置くために、一見欠かせないものです。しかし、水がたまりやすいためにカビが生えやすく、こまめな掃除が必要なのが欠点。そこで、浴室の棚にものを置くことをやめてみましょう。シャンプーなどのボトル類は小さいバスケットに入れて洗面所に置いておき、入浴するときだけ持って入るようにします。浴室から出るときにバスケットも持ち出し、バスタオルで水滴を拭いて洗面所に戻せばOKです。また、浴室の椅子や洗面器も、床に置いたままにするとカビの温床になります。タオルバーなどに引っ掛けられるタイプにするとカビが生えにくくなり、浴室の掃除が大幅にラクになります。

このようにものを少なくすることや、汚れやすいものや洗いにくいものなどを使わないことが、日頃の掃除をラクにするコツです。大掃除とあわせて“なくす”ことも意識して、より住みやすい空間づくりをめざしてください。

監修 本橋ひろえさん

北里大学衛生学部化学科（現・理学部化学科）卒業。化学系の企業に就職し、化学事業部にて水処理事業、化学薬品販売、合成洗剤製造などを担当。結婚を機に退職し、専業主婦として家事を担当。子どもが産まれ、自身と同じアトピー体質であったことから、改めて主婦として洗剤に興味を持つ。掃除、洗濯、洗剤を主婦目線で、かつ科学的に解説するナチュラルクリーニング講座をはじめ、10年以上がたち、東京を中心に全国に広がっている。現在は、オンライン講座にも力をいれている。著書に『ナチュラルおそうじ大全』『ナチュラルおせんたく大全』『やることの「見える化」で掃除を劇的にラクにする方法』（以上、主婦の友社）などがある。

<https://ameblo.jp/naturalcleaning/>

以 上

※掲載内容の無断転載を禁じます



安全運転アドバイス



車内が整理整頓されていないと、運転中に物が床に落下したり、フロントガラスに物が映って視界が妨げられることがあります。また、灯火類やガラス、ミラーの汚れは視界を悪化させ、危険の発見を遅らせることがあります。そこで今回は、車内の整理整頓や車両の清掃を取り上げるとともに、冬季に向けた車両点検のポイントをまとめてみました

1. 車内の整理整頓

(1) 座席

座席の上に物を置いていると、走行中に物が床に落ちることがあります。特に、ペットボトルや缶類は床に転がりやすく、ブレーキペダルとの間に挟まって、ペダルが踏みにくくなる場合があります。座席に物を置くときは、収納ボックスなどを活用して落下しないような措置をとっておきましょう。

(2) ダッシュボード

ダッシュボードの上に書類などを置いていると、フロントガラスに書類などが映り込んで前方の視界が悪くなります。また、ブレーキを踏んだときに書類などが落ちそうになり、あわてて手で押さえようとしてハンドルをとられて誤操作を招いたり、視線が前方からそれてしまい脇見運転になるなど、危険な状態を生じさせます。ダッシュボードの上には物を置かないようにしましょう。

(3) リアウインドウ付近

リアウインドウ付近にぬいぐるみなどを並べて置いておくと、後方の視界が悪くなり、後続車の動向把握しにくくなったり、バックするときに危険の発見が遅れて事故を起こす要因となります。リアウインドウ付近には視界を妨げる物を置かないようにしましょう。

(4) トランク内

トランク内に、当分使用しない
時期的な物品など不要な荷物が置かれていないかチェックし、該当する物は運び出しましょう。あわせて、時期的に必要な物（冬季であればタイヤチェーンなど）が装備されているかもチェックしておきましょう。

(5) 下車するとき

運転を終えて下車するときは、不要な物が車内に残っていないか車内を見渡してみましょう。特に床については、ペットボトルなど放置されていないかチェックし、放置されているときは、後回しにせずその場で片付ける習慣をつけましょう。

2. 灯火類やガラス・ミラーの清掃

ヘッドライトやブレーキランプなどの灯火類が汚れていると、ヘッドライトを点灯しても十分な明るさが得られなかったり、ブレーキの点灯を後続車が気づくのが遅れるなど、交通の危険を生じさせるおそれがあります。また、ガラスやミラーの汚れは後方や側方の視界を悪化させ、危険の発見を遅らせるおそれがあります。灯火類に汚れはないか、ガラスやミラーに汚れや曇りがないかをチェックし、汚れや曇りをしっかり拭き取っておきましょう。

3. 冬季に向けた車両の点検

(1) タイヤの残り溝

冬季は、路面凍結や積雪などによりスリップ事故が多発しますが、タイヤの溝が摩耗していると、スリップする危険性が非常に高まります。夏用タイヤ、冬用タイヤにかかわらず、タイヤの溝の深さを点検し、スリップサインが現れていたり劣化しているタイヤは危険ですので、交換する必要があります。

(2) スタッドレスタイヤやチェーン

冬季の走行に備えて、スタッドレスタイヤやチェーンの状況を確認し、余裕を持って降雪に備えましょう。

(3) バッテリーやエンジンオイルなど

バッテリーやエンジンオイルなどは、気温が低下すると性能が低下することがあります。走行する地域の気候に適合した点検やメンテナンスが大切です。

- ・バッテリーは、比重が下がることがありますから、液量や比重などを点検しましょう。
- ・エンジンオイルは、量だけでなく粘度を点検しましょう。
- ・冷却水やウォッシュ液は、濃度が薄いと凍結するおそれがありますから、濃度を点検しましょう。

以 上