

# クエン酸の使い方

最近、店頭でお客様から「重曹の使い方はわかってきたけどクエン酸の使い方は今イチ・・・」、という声をよく聞きます。

今回は久々にクエン酸の使い方に焦点を当ててみます。長い冬場の活躍の「加湿器」のお手入れにも非常に役立ちます。それと洗濯機のお手入れにも。ご参考になればいいですね。

(編集・イラスト) 工藤元子

## クエン酸とは...

簡単に言えば「お酢」です。よく料理に使う「酢」も汚れを落とし、除菌にも大きな働きをしてくれますが、特有のすっぱ〜い匂いがあります。クエン酸は酸っぱい匂いがまったくナシ！。保存性も高く、水に溶けやすいクエン酸は大変に重宝です。

## とりあえず！

スプレー容器でクエン酸水スプレーを作ってみましょう。

## クエン酸水：

水1カップに対しクエン酸小さじ1で溶かします

## 重曹水スプレー：

水1カップに対し重曹小さじ2を溶かします。



クエン酸水スプレー

## ●冷蔵庫の中もクリーン

・冷蔵庫内で保存している食べ物や汁ダレで、すぐに悪臭や雑菌の元になってしまいます。キッチンにクエン酸水スプレーを置いて、気が付いたらサーッと乾いた布きんにスプレーして拭きましょう。

## ●レンジ周りもクリーン

・キッチン周りにおススメは「重曹」も使います。  
・重曹で「重曹水スプレー」を作ります。レンジ周りは、鍋から噴出した汁ダレ、油ハネですぐにガビガビに。出来れば…レンジがまだ熱いうちに（この熱も利用！）、まず重曹水をスプレー、その後クエン酸水をスプレーするとシュワシュワっと中和してくれます。汚れが簡単に落ちやすくなり、あとはササーッと拭き取るだけ。

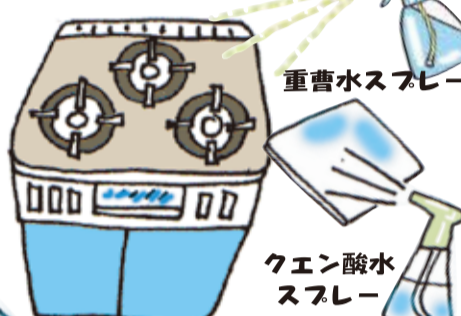
## ●お風呂もクリーン

・洗面所やお風呂場の鏡も…水アカが付着しやすいところ。お風呂から上がるときに、鏡の水切りをしてから、サーッとアロマ入りクエン酸水をスプレーしておきましょう。またお風呂から上がるときは、風呂場全体にスプレーして（特にお風呂場の四隅は入念に）、換気しておきましょう。カビ防止になります。



## ●トイレはいつもクリーンに

・クエン酸水スプレーをトイレに置いておくに便利。トイレットペーパーにクエン酸水を吹き付けて便座をサーッと拭いて簡単に気軽に除菌・清掃ができます。ついでに床もササーッと拭いて、便器の中側にもシューッと吹き付けて尿石化を予防。アロマ入りクエン酸水スプレーなら、香りもよく除菌力もアップしますよ。



重曹水スプレー

クエン酸水スプレー



アロマ入りクエン酸水スプレー



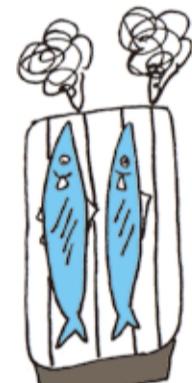
魚介類を調理した日のお手入れ

## ●魚焼きグリルもクリーン

魚を焼いている間の、魚の臭い（アルカリ性）がどうしても気になる方は・・・グリルの下皿にクエン酸水を小さじ1〜2杯入れておくと、生臭い臭いがなくなります。※ただし受け皿に落ちた油の汚れは重曹水のようにサラリと分解しないので、後片付けは丁寧に。

## ●まな板も除菌

・魚の生臭いにおいは、アルカリ性です。魚を調理したまな板は、クエン酸水をスプレーして消臭・除菌しておきます。



クエン酸水スプレー

●木曽路物産  
クエン酸  
300g …486円  
600g …864円  
1kg…1,296円



- 1. 剥離・溶解性：**お風呂場の水あか・石鹸かすを除去、トイレに付着した尿を溶かし尿石化を防ぐ。
- 2. 中和性：**アルカリ性で出来ている汚れや臭いを中和して消臭。まな板についてお魚の臭いやトイレのアンモニア臭はアルカリ性ですので消臭。
- 3. 洗浄性：**洗面所のシンクや冷蔵庫などの水あかや汚れを落とす。
- 4. リンス作用：**髪の毛や肌、衣類に残る石鹸分を溶かして、すべすべにします。
- 5. 抗菌性：**雑菌を抑えます。70℃以上に加熱すると雑菌は死滅する。

アロマ入りクエン酸水：  
水1カップに対し、クエン酸小さじ1とエッセンシャルオイル1〜5滴を加えます。



クエン酸水スプレー

## ●床がすっきりクリーン

・今年は長雨だったので、床がなんとなくカビっぽく、ベタベタ感がありました。そんな時もクエン酸水をバケツの水に小さじ1くらい入れて、良く絞った布で、または乾いた布にクエン酸水スプレーをして床を拭くと、床がすっきりします。

※床はいろいろな材質のものがあります。心配でしたら、目立たないところで試いてみて、色落ちなどがないようなら使ってください。但し、大理石系の材質は酸に弱いので、絶対に使用しないでください。

殺菌効果があるアロマを加えるとカビ除去対策がアップ、さらにウイルス対策にもなりますね〜お風呂場やキッチンのお掃除に。



●エッセンシャルティートリー

10ml | ¥2,700

※ティーツリー：ほのかに酸味のある清々しい香りのアロマです。殺菌力防カビ効果もあり、肌についても安心で、重曹生活になくてはならないアロマです。



## ●加湿器の御手入れ

・超音波加湿器の場合は、雑菌やミネラルも噴霧するので、家具や本体などが白くなったり、固い白い石のような塊ができることがあります。これは、水に含まれるミネラルによって白くなった塊です。

・「外せるフィルターなどは外す」

…熱湯、もしくはぬるま湯1リットルにクエン酸大さじ2杯程度溶かした液に浸け置きして、3時間〜一晩程度置きます。

・「本体の水が貯まる部分」…クエン酸溶液を入れ、一晩程度置く。浸け置いたら、ヘラなどで水垢を擦る、塊がひどい時は何度か繰り返してください。必ずその後は水で洗ってから、使用するようにしてください。※塩素系漂白剤、重曹などを使わないでください。悪化します。