

今年の汚れは今年のうちに・ 年末の大掃除は 重曹で！！



さて、今年の残すところ後わずか……2017年が足踏みして待っていますよ。おうちの中をすっきりお掃除して、すがすがしい新年をお迎えしましょう。

重曹とクエン酸でお掃除すれば、汚れを中和してすっきりきれい、しかも除菌＆環境にやさしい。今年の年末の大掃除の参考になるように「お掃除特集」です。お試しください。

編集部・工藤 元子

覚えておいてね！

「重曹は弱アルカリ性。

汚れの殆どが油（酸性）ですから、重曹（アルカリ性）が中和し、落してくれる。油の汚れを吸い取った重曹（アルカリ性）を片付けるのに、クエン酸（酸性）が一仕事してくれる。

「アルカリで落とし、酸で中和」

ガスコンロのお掃除

①重曹を振りかけて、スポンジでこする。

②その後、クエン酸水をスプレーして汚れを中和し、仕上げに水拭きします。

油汚れがひどい時……

重曹ペーストを作り、しばらく時間を置いてから、クエン酸水をスプレーします。



換気扇の汚れに

①重曹ペーストをつくり、取り外した換気扇に塗つておく。

細かい部分は綿棒に重曹をつけてみがく。

②汚れの状況次第で5分～1時間ほどおいてから、クエン酸水をスプレーし、シuwシuwと油汚れが浮いてきたらよく拭き取る。

※取り外せないレンジフードには

①重曹水をしみ込ませて軽く絞ったキッチンペーパーを張る。

②2～3時間おいて汚れを軟化させる。

（途中乾いたら、重曹水をスプレーして乾燥を防ぐ）

③最後にクエン酸水をスプレーして中和させて、布で拭き取る。

冷蔵庫のお掃除

①普段の軽いケアには、クエン酸水をスプレーして、ふき取り掃除を。抗菌効果があります。



特に汚れているときは、重曹水か重曹ペーストでポイントクリーニングを。仕上げには、やはりクエン酸水スプレーして除菌。

クエン酸水を作つて、ひんぱんに登場しますよ。

三角コーナーの汚れに

①スポンジを湿らせて、重曹を粉をつけて、三角コーナーをこすり、水洗いします。

②仕上げにクエン酸水をスプレーします。



シンクのお掃除

①シンクに重曹の粉を振りかけて、スポンジでこります。

②水で流した後、クエン酸水をシンクにスプレーし、布で拭き取り仕上げるとピカピカに。



排水口のお掃除

流しやバスルームなどの排水口も年内にすっきり。

①カップ2杯の重曹を排水口に直接そそぐ。

②つぎに電子レンジなどで温めたクエン酸水（濃い目）をそそぎ、シuwシuwしてくる。

③30分～2時間後にお湯で洗い流す。

畳の汚れ

畳のお手入れは乾拭きが一番、でもよごれを感じたら固く絞った雑巾で拭き掃除。

それでも気になるときは、薄いクエン酸水で拭いてください。

※畳のイグサに含まれるたんぱく質を分解してしまう「重曹」をくれぐれも使わないでください。



重曹ダメ！

カーペットの汚れ

①重曹の粉をうすく振りまいてしばらくおく。

②掃除機で吸い取る。

③目立つ汚れは重曹ペーストを塗り、しばらく置いた後に、クエン酸水をスプレーして中和しながら拭き取る。

バスルームのお掃除

①大きめの布に、クエン酸水をスプレーし、重曹の粉を振りかける、

②シuwシuwしている状態で、

バスルームの壁や床を大きく拭いてゆく。

③小物類は重曹でみがきとり、シuwで洗い流す。

まだ残っている石けんカスは、クエン酸水をスプレーして溶かし流す。

トイレのお掃除

①便器内側の毎日のお手入れは、クエン酸水をスプレーしておくだけ。

2～3日に一度のお手入れは、重曹粉を使って磨きます。

②便器の外側と、床はクエン酸水をスプレーして拭き掃除。

（酸がカビや雑菌の繁殖を抑えます）

③シリンゴル重曹

600g…432円

1kg…648円

2kg…1,080円

クエン酸

300g…486円

600g…864円

1kg…1,296円

窓ガラスの汚れ

①窓ガラスの掃除は基本的にはクエン酸水をスプレーし、柔らかい布で拭き取るだけ。

②汚れがひどいようでしたら、湿らせたスポンジに重曹を振りかけて、汚れの目立つ部分をこすり、クエン酸水をスプレーして汚れを中和して拭き取る。

窓サッシの汚れ

窓サッシに重曹ペーストをつけて、使い古しの歯ブラシで汚れをこすります。

汚れが落ちたら、布で水拭きします。



重曹ペースト

重曹に少しづつ水を加えて温らせ、そのまま練る。

カップ一杯の水（約200cc）に、小さじ2～3杯を入れて、よく混ぜスプレー容器に入れてスプレーして使います。

カップ1杯（約200cc）の水に、小さじ1～2杯のクエン酸を溶かして、スプレー容器に入れて使います。

重曹水

クエン酸水