

レッツ トライ  
Let's Try  
セルフ  
メンテナンス

家でできるすまいの維持管理

## 重曹やレモンを使ってピカピカに キッチンの油汚れを撃退!

台所のしつこい油汚れは年末に時間をかけて掃除しようという方も多いのでは。ところが、油汚れの掃除は気温が高い時の方が効果的なのです。日本清掃収納協会の橋本敦子さんに、その仕組みと、家にあるものでできる掃除法を教えてくださいました。

### 気温が高いと洗剤は少量ですむ!

掃除は「洗剤の濃度」「時間」「物理力(こする力)」「温度」の組み合わせで効果を上げます。汚れを落とす適温は約40度。室温が高いと「温度」の効果が上がり、湯を使用する場合も適温を保つ時間が長くなります。「温度」と「時間」の効果が高いと「洗剤の濃度」「物理力」は小さくても同様の効果を生むことができます。

### 油汚れにはアルカリ性の重曹。

酸性の油汚れはアルカリ性で中和して落とします。家庭にあるものでは重曹(ふくらし粉)がアルカリ性。水に溶かして使います。油とホコリなどが複層した汚れには、重曹にクエン酸と液体せっけんを混ぜて使います。クエン酸はアルカリ性の汚れを中和し、液体せっけんは油を水に溶かす界面活性剤として働きます。

### 普段の手入れで汚れを予防。

レンジ台などに一度油がつくと、重なって油がつき、次第にガビガビしたしつこい汚れに変化します。元になる油をためないようにまめに掃除すると、大量に洗剤を使ったり、こする必要がなく、モノも長持ちします。

#### 用意するもの

##### 重曹水

スプレー式容器に重曹5gを入れ、水(できれば40度くらいの湯)100ccに溶かして使う。作り置きせず、1回で使いきれぬ量を作る。

肌の弱い人は手袋をして手荒れ予防を。



##### 重曹クレンザー

プラスチック製のカップに重曹100cc、クエン酸小さじ1を入れて混ぜる。口や鼻に吸い込まないように注意する。液体せっけん小さじ2弱を入れて混ぜ、さらに水小さじ1を入れて混ぜる。固くなれば水を足す。



##### “へ”の字 ブラシ

使い古しの歯ブラシのブラシ部分の1cm程下をドライヤーの温風を1〜2分間程あてて柔らかくし、「へ」の字に曲げる。角度をつけることで、余計な力をかけずにブラシを汚れ面にうまくあててこすることができる。※やけどをしないようご注意ください。



##### グリル掃除用柄付き雑巾

使い古しの菜箸に古くなった布巾やTシャツなどを巻き、輪ゴムでとめて使う。



#### ガスレンジ



重曹クレンザーを汚れに塗り込み、10分ほどおいてから、「へ」の字ブラシなどでこすって落とす。五徳は重曹水を吹き付けて、丸めたアルミホイルで、傷つかないように軽くこすって落とす。



普段のお手入れは…重曹水を吹き付け、ラップを丸めて汚れを落とす。ラップはご飯などを温めた後の温かな水滴がついたものを使うとよい。

#### 指導：日本清掃収納協会・橋本敦子さん

掃除・片づけを通してキレイな空間を作ることで世の中に貢献しようとして設立された日本清掃収納協会の認定講師。講座などでの啓蒙活動やボランティア活動で活躍中。

日本清掃収納協会のHPは <http://seisou-s.org/>

#### レンジグリル



汚れのついたグリル皿に水溶き片栗粉(水300ccに片栗粉大さじ7)を入れ、3分ほど火にかけて温める。冷めるまで置き、膜状になった水溶き片栗粉をはがすと汚れも一緒にとれる。グリル内の上面や側面の汚れは発火事故の原因にもなるので、「柄付き雑巾」に重曹水をつけてふきとる。

#### 電子レンジ



水大さじ3にレモンスライスを浸し、500Wで5分間加熱する。その蒸気を利用して、やけどに注意しながら、温かいうちに庫内をふきあげる。普段のお手入れは…庫内が温かく水滴がついている時に、こまめにふいておくとい。

#### シンク



重曹クレンザーで洗ってから、水滴をふく。普段のお手入れは…網かごのぬめり防止に、アルミホイルを丸めたものを3つほど入れておく。

