

# 令和2年 **6** 月 住まいのお手入れ

## (1) フライパン 長持ちさせるコツ

冷めてから水につけよう

☆フッ素樹脂加工のフライパンを長持ちさせるコツ

### 調理時

空焼きしない	少量でも油を入れ、全体に回す。急激な温度上昇を避けられる
強火にしない	常に中火以下で。アルミ素材のものは最大火力にしないでも熱伝導率がよい
調理器具は木や樹脂製を使う	傷をつけないため

### 調理後

熱いうちに洗わない	少し放置して冷ましてから
スポンジのザラザラした面や研磨剤は使わない	やわらかい面でやさしく洗う
残った料理は容器に移す	フライパンに残すとしても最長一晩。塩分が染み込み、サビの原因に

### 長持ちさせる調理のポイント

\*高温で焼く物はどうする？

⇒フッ素樹脂のフライパンは、中火で良い卵や焦げやすいチーズ料理などに。

高温で調理する野菜炒めは鉄のフライパンがおすすめ。

\*餃子を蒸し焼きするときに入れるのは、水と熱湯どちらがいい？

⇒熱くなっているフライパン水を入れると樹脂の下の金属が収縮するため、熱湯が良い。

\*ホイルを敷いて魚を焼いたら焦げてしまった

⇒フライパン専用のホイルシートは熱伝導率が高い。使うときは弱火から中火で。

\*砂糖醤油を加えたら焦げてしまった

⇒砂糖を加熱すると焦げ付きやすくなる。火力を下げるか、火を止めてフライパンの余熱で仕上げる。

## 買い替えのタイミング

\*餃子や焼きそばが焦げ付き始めたときが目安。

(2020年5月9日 日本経済新聞記事より抜粋・引用)



## (2) 短時間でさっと衣替え

### 収納 8割目安 着ない服処分

#### 1日2時間以内 2日間で作業

\*衣替えは、時間と場所を区切ることで短時間で判断がつき、はかどりやすく。

\*衣替えが面倒だと感じるのは、服が多すぎるから。

\*着ない服を処分してみてもいいか？

①衣替えしたい場所の服をすべて取り出します。

②「3年間着ていない」「着古した」ものは手放す候補に。

③残すと決めたものは、もう1度洗濯します。

\*衣替えは、晴れて乾燥した日の午前中に行うのが理想的。

\*クリーニングから戻ってきたばかりのコートやスーツは湿気を含んでいます。

・しまうのは2時間ほど陰干しして、薬剤や水分を飛ばしてから。

\*洗濯やクリーニングが難しい服の害虫対策には、アイロンの熱を使うのも手。

・薄手なら害虫の卵は熱で殺せます。軽く叩いて花粉やホコリを落とし、高温のアイロンを数秒間あてると良いです。

\*タンスや衣装ケースも掃除。掃除機で吸い出せば十分。

\*7~8割を目安に保管。

\*襟のあるものを平置きする場合、向きを交互に重ねて型崩れを防ぎます。

\*たくさん収納したい場合は立てて収納。平置きより2倍以上はいうえ、重さでつぶれにくく服も傷みにくくなります。

\*詰め込み過ぎると防虫剤の成分が行きわたりにくくなります。

・防虫成分は空気より重く、上から下に流れます。

・服の上に置くのが正しい使い方。除湿剤も同じ。

・クローゼットには、大型用の掛けるタイプの防虫剤や除湿剤がおすすめ。



## 衣替えのルール

- ・作業は場所を決めて1日2時間まで
- ・洗濯してからしまう
- ・服と収納場所はしっかり乾燥
- ・8割を目安に収納
- ・防虫剤と除湿剤は服の上に置く

(2020年5月16日 日本経済新聞記事より抜粋・引用)

### (3) 壁紙 お手入れでさっぱり

#### 油汚れにセスキ水・重曹水

#### ビニール製は掃除しやすく 傷は放置せずすぐに補修を

- \*家の壁には様々な汚れがついています。
- \*見た目が悪いだけでなく、においの原因にも。
- \*ビニールなら自分で掃除できます。
- \*濃い色は色落ちすることもあり注意が必要ですが、白や白に近いものはまず大丈夫。

\*掃除は壁全体のホコリ取りから。

☆壁の汚れをきれいに

#### ●油や手垢、ヤニなど

- ①セスキ水や重曹水を吹きかけ、メラミンスポンジでこすります。
- ②塊になってこびりついた汚れや凹凸部分はブラシで。
- ③マイクロファイバーのクロスで水拭き後、乾拭きします。

#### ●油性ペン

\*セスキ水とメラミンスポンジである程度落ちます。

#### ●カビ

- ①カビ取り剤を吹きかけ、ブラシでこすります。狭い部分は細いブラシが便利。
- ②クロスで水拭き後、乾拭き。

☆小さな傷の補修に挑戦

#### ●画鋸や釘の穴

\*穴埋め剤を穴に入れてふさぎます。

#### ●壁紙のささくれ

- ①カッターで壁紙をめくり、汚れを取ります。下地に補修のりをつけて隙間なく広げます。

②壁紙を戻して上からヘラで押えます。余分なノリを布でトントン叩いて拭き取ります。

(2020年5月30日 日本経済新聞記事より抜粋・引用)



## 住まいのお手入れ - 床 その8



### 症状 - フローリングが変色してきた (シミができた)

☆考えられる原因

\*フローリングが長期間日光に当たっていると日焼けを起こします。経年変化です。

☆経年変化以外の原因

●薬品による変色の場合

\*薬品やアルカリ性洗剤、灯油などが付着すると、シミができたり変色することがあります。

●ペットの排せつ物による変色の場合

\*床材の隙間に入り込んだまま放置すると、排せつ物のアンモニアによって黒いシミが発生することがあります。

●化学雑巾による変色の場合

\*化学雑巾で水濡れ部分を拭き取ると変色することがあります。

\*化学雑巾をフローリング上に長時間放置しておくと、変色することがあります。

☆対処方法

\*専用漂白剤を使ってシミ抜きしたあと、着色補正しながら塗膜塗料で復元する方法があります。

\*施工業者に相談してください。

\*経年変化によるものには、張替えが必要です。

(参考：NPO法人家づくり援護会「わが家の診断&対処法」)