

令和7年 **10** 月くらしのお手入れ



冷蔵庫内、清潔に保つ掃除術

基本はお湯拭き、「予防」工夫も

- * 冷蔵庫は樹脂素材が多用されています。
- * 樹脂は経年劣化していくので、掃除で強い洗剤を使用すると表面がはがれたりする恐れ。
- * お湯で濡らしたタオルでの拭き掃除。
- * 汚れは庫内で冷えて固まっていたりするので、お湯が効果的。
- * まず庫内の食品などを全て取り出します。
- * クーラーボックスに保冷剤を入れて一時的に保管。
- * 棚やポケットなどは全て取り出します。
- * 台所用の中性洗剤で洗った後、乾いたタオルで水分を拭き取ります。
- * 落ちにくい庫内の汚れに洗剤を使う場合は、台所用洗剤を 100 倍程度に薄めたものを用意し、柔らかいスポンジに少量つけてこすります。
- * パッキンの隙間の汚れは、薄めた洗剤を綿棒につけてこすると落ちやすくなります。
- * 最後にお湯拭き、乾拭きの順で仕上げます。
- * 冷蔵庫の表面や扉などの持ち手部分も拭き掃除を。
- * 冷蔵庫と壁の間にも、野菜の端切れや食材が落ちていることがあります。
- * 「予防掃除」の推奨。
- * 調味料などを置く棚の底に、サイズを合わせたキッチンペーパーを強いて起きます
- * ホコリが溜まりやすい冷蔵庫の上には食品用ラップを貼っておきます。
- * 庫内に見えない部分があると汚れに気づかぬまま放置してしまいます。
- * 庫内にデッドスペースや死角を作らない収納を。
- * 野菜はジッパーバッグや野菜用保存袋に入れて収納。
- * 冷凍食品は、開封したものと未開封のものを分けて保存。
- * 庫内に食材を詰め込み過ぎないことも重要。

(2025 年 9 月 27 日 日本経済新聞記事より抜粋・引用)



10月の住まいのお手入れ

わが家の定期診断チェックポイント

壁・天井



●目的

*家の不具合は、壁や天井の仕上げ材の異変として現れることが少なくありません。

*仕上げ材の劣化状況も確認します。

●方法

*1年に1度、各部屋の壁・天井を注意して目視、チェック。

*特に出隅・入り隅部、壁と天井、壁と床との取り合い部、壁とドアや窓枠との取り合い部などに注意。

*家具で隠れている部分の壁・天井も、できれば家具を移動してチェック。

●ポイント

*仕上げ材の剥がれ、浮きがないか、カビが発生していないか。

*局所的な汚れ、雨染みなどの水のシミがないかを確認。

*出隅・入り隅やドア枠などの他部材との取り合い部では、ズレや隙間が発生していないかを確認します。

*仕上げ材に水のシミ、カビがある場合は、雨漏り・給排水管の不具合・壁内結露など、重大な問題が想定されます。

(参考：NPO法人家づくり援護会「わが家の診断&対処法」)

