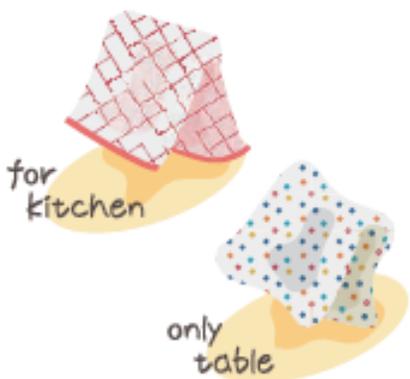


皆さま、元気でお過ごしでしょうか？皆さんに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「家事の効率化」です。家事の効率や水道代などの節約を目指したテクニックを「家事のライフハック」といい、注目を集めています。そこで、家事の効率を上げられるちょっとしたコツをご紹介します。

### 【ふだんのちょっとした工夫でラクになる掃除&洗濯】



キッチン回りを拭くふきんは、テーブル用とは別に！ふきん自体の雑菌の繁殖を防ぐためにも専用のものを用意しましょう。

#### ●掃除編

掃除の基本である掃除機がけやテーブルなどのふきんがけ。でも、床やテーブルなどに物が散乱していると、まずそれを片付ける手間がかかるのでできるだけ床やテーブルに物を置かないことがポイント。とはいえ、ついつい雑誌やリモコンを座ったそばの床に置いたり、食べかけの袋菓子やペンなどがテーブルの端に固まってしまうことも。そんな時は、よく使う物をカゴにひとまとめにすれば、掃除機がけなどの際にそのカゴをヒョイと持ち上げるだけなので、掃除がずいぶんスムーズになります。マメなちょっとした拭き&流しを習慣にしましょう。お風呂のシャンプーのボトルや椅子、洗面器は使った後、すぐにシャワーで流しながら手でなでるだけで、石鹸カスがこびりつかず、お風呂掃除がぐんとラクに。これを怠ると、ガンコな汚れを落とすために大変な時間がかかるので、面倒くささらずにやってみましょう。キッチンも食器洗い後にシンクや水栓まわりを乾いたふきんなどで拭くだけで、カビや雑菌の繁殖が防げ、いつもキレイを保てます。排水口もゴミを取り除いたら、その都度かるく流すだけでもニオイにくくなります。

#### ●洗濯編

最近の洗濯機は性能が良いものが多いですが、衣類やタオルなどが絡まって取りづらいことも。そこで、ハンカチや小物類はネットにまとめると絡まりません。また、シャツは胸あたりのボタンに袖のボタンホールを留めると絡まりにくくなり、干すときのイライラも減ります。バスタオルなど大きいものは物干し竿に×ときにキッチリ揃えるよりも、少しずらして干す方が早く乾きます。シーツは間にハンガーを掛けると空間が生じて風が通りやすくなります。曇り空でイマイチ乾きづらい日などは特におすすめですよ。

### 【料理の下準備がラクになるテクニック】

#### ●料理編

レモンをたくさん絞りたいとき、レモンを絞る前に軽く押さえながら転がしてから縦に切って絞り器で絞るとたくさん絞れます。これは、ゆずなど他の柑橘類でも応用できるので覚えておくと便利です。ミニトマトを一度にたくさん切る方法は、お皿やプラスチックのフタ2枚にトマトを挟んで軽く押さえその間からナイフを横にスライドさせるとキレイに切れます。生姜の皮は包丁でなく、スプーンを使うと、薄く、簡単に剥けます。パスタは1時間ほど水につけてからゆでると、1分でゆで上がるので、大幅なガス代の節約と調理時間の短縮に。毎日のことだからこそ、小さなストレスをなくして、家事を快適にこなしましょう。

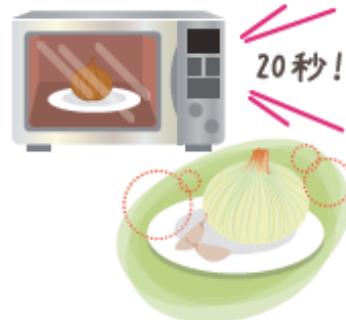


**家事の効率アップ、有意義な時間を過ごしましょう。**

小さな工夫で日々の生活に欠かす事のできない家事がラクになります。



絞った後のレモンはシンクなどをこすると水アカや嫌な臭いも取れますよ！



にんにくや玉ねぎの皮は20秒ほどチンするだけでも剥きやすくなりますよ！



TOYAスマイル倶楽部事務局  
今治市玉川町中村甲677-7  
有限会社十弥工務店内  
TEL (0898)36-8182  
FAX (0898)36-8183  
E-mail : toya-info@toya.co.jp