

気温の上昇で雑菌も繁殖

# キッチンの消臭に役立つ簡単テク

住まいの快適レポート

梅雨時期は、湿気もニオイもこもりがち。特にキッチンには衛生面でも気になりますね。手軽な臭いの解消方法をお教えします。

# 住まいのかわら版

2020年 夏号

<発行>

(有) 橋本建設商  
松山市来住町1464-1  
TEL (089) 956-3744  
FAX (089) 958-4650

## 排水管

シンクの排水管は食べカスや油汚れなどが堆積すると、悪臭の一因に。

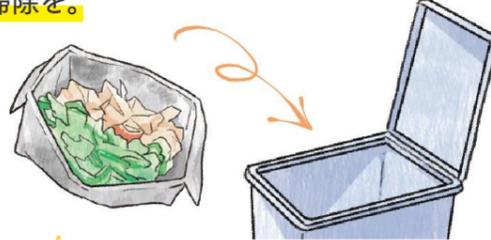
- 重曹とクエン酸を排水口に振り入れ、ぬるま湯を注ぎ、泡が出てきたら15分ほど放置し、水で流す。
- 排水口に丸めたアルミホイルを入れておく。**金属イオンのパワーで細菌の発生を予防。**



## ゴミ箱

水分を多く含んだ生ゴミは雑菌が繁殖しやすく、気温が上昇する季節は腐敗臭も強力に。

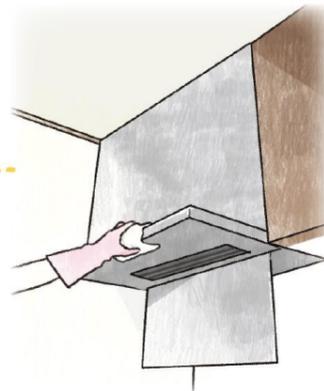
- 生ゴミは極力、水気を切り、重曹を振りかけ、吸湿効果のある新聞紙でくるみ、ビニール袋で密閉してからゴミ箱へ。
- ゴミ箱は定期的に、キッチン用の漂白剤などで掃除を。



## 換気

キッチンのニオイ対策の鉄則は、換気をしっかり行うこと。室内にニオイがこもらないように、空気の流れを作ることが大切です。

- 換気扇の汚れも異臭の原因のひとつ。調理後は換気扇専用洗浄スプレーでこまめに拭き掃除を。汚れを溜めなければ、普段のお手入れも楽に！
- 換気扇をつけるときに、同時に窓を開けると、空気の入りができ効率よく換気されます。



オススメ商品  
採風勝手口ドア

扉を閉めたまま換気ができる勝手口

暮らしのヒント

お手軽 夏のプチ・エクササイズ

扉を閉めたまま風を通すことができる <採風勝手口ドア> なら、防犯性を確保しながらスムーズに空気の入れ替えをすることができます。



取替え工事は一日で完了。  
勝手口ドアをリフォームしてキッチンの快適化を目指してみましょ。

ふくらはぎのトレーニングでだるさ解消・疲れにくいからだづくりを

ふくらはぎを鍛えて筋力をつけることで、下半身の血行が促されだるさやむくみの解消につながるといわれています。

やり方は簡単。

1. 肩幅よりやや狭く足を開く。
2. ゆっくりとつま先立ちになり、元の姿勢に戻る。



筋肉の伸びを意識しながら一日30回×2セットを目安に。

壁などに手を添えてもok。

夏にひんやり  
美味しく飲む発酵食品

果実酢のさっぱりジュース

りんごやブルーベリーなどの果実酢を炭酸水で割るだけのさっぱりジュース。好みではちみつやシロップを加えると甘くて美味しい仕上がりに。

