



## バスルームを 清潔で気持ちのよいくつろぎ空間に

バスルームの汚れで一番気になるのは、排水口とカビ。汚れが発生する原因は？ 効果的に撃退するにはどうすればいい？

### ※バスルームの一番の悩みは「排水口」

バスルームの中で、掃除が面倒な場所として真っ先に挙げられるのが「排水口」。髪の毛や石けんカスなどの汚れが溜まりやすく、悩みの種となってしまいます。溜まったゴミをこまめに捨て軽くブラシで掃除する、これを習慣にしましょう。排水口の掃除に活躍するのが、使い古しの歯ブラシで作るハンディブラシ。



作り方はいたって簡単、ブラシ部分を外向きにして数本を束ねるだけ。バスルームの隅に置いておき、入浴中にサッと掃除すれば、それほど苦にはなりません。

ゴミ箱も用意しておくといいですね。

また最近では、流れる水の渦の力で髪の毛やゴミがまとまる仕組みになっており、髪の毛が網に絡まず簡単に捨てられ、汚れもつきにくい、という排水口もあります。

### ※バスルームの汚れの元凶は、せっけんカスと皮脂、垢

バスルームのぬめりの元となるのは細菌やカビ。温かく湿った環境で、石けんカスや皮脂、垢を栄養にして繁殖します。カビや細菌のエサとなるこれらの汚れを溜めない事が、ぬめりや汚れのないバスルームへの近道です。

皮脂汚れや垢を落とすのは浴室用洗剤の他ボディソープや石けんでもOK。重曹や酢を使ってもいいですね。

「きちんと掃除していたのにカビが生えてしまった…」

そんな時は、カビ取り洗剤をティッシュ等にひたして、湿布するようにカビの上に数分間かぶせておく方法でカビを除去します。きれいになったタイルの目地にロウを塗っておくと、カビ予防になりますよ。

### ※お風呂上がりのひと手間でカビを撃退

石けんカスや皮脂などの栄養分が豊富な事に加え、あたたかく湿り気があるのもバスルームにカビが発生しやすい理由。

カビを生やさない為には、この反対の環境を作ればよいのです。最後にお風呂から上がる人は、壁や床全体にざっと水をかけてバスルームの温度を下げ、石けんカスなどを落としましょう。

これだけでもカビ予防効果は大。



さらに、スクイージーやタオル、雑巾などで水滴をふき取れば完璧。又、洗面器やイスなどは立てかけて水切れをよくする、換気扇を回すなどして風通しをよくしバスルームを常に乾燥させておくよう心がけましょう。

新築・増改築は  
もちろん、キッチンや  
トイレの改修など  
ちょっとした事でも  
お気軽に  
ご相談下さい！！

## シミ・シワ対策

シミやシワなど、肌の老化の原因は紫外線による「光老化」が大半を占めると言われています。きちんとお手入れをして、シミ・シワのないキレイなお肌をキープしましょう。

### 素早いケアで肌のダメージを最小限に

日焼けをしてしまったらなるべく早く冷やしましょう。日焼けは本質的にやけどと同じです。炎症をおこしているため刺激の少ない化粧水などを付け、肌のほてりを取りましょう。水をたっぷり飲み、体の内部に潤いを与える事も大切です。

### 日頃のケアも忘れずに

日頃から心掛けたいのは、日焼けの原因であるメラニンを抑える抗酸化作用を持つビタミンA(うなぎ、卵黄など)、C(カリフラワー、緑茶など)、E(アボガド、サンマなど)を積極的に摂ること。これらには肌の免疫機能を高め、新陳代謝を活発にする働きがあります。もちろん日焼け止めクリームや帽子、日傘などで事前に紫外線から肌を守ることが基本です。

### 日焼け直後の ケアが肝心

1 濡れタオルなどで冷やす



2 化粧水・乳液・クリームなどで潤い補給



3 体の内側にも水分を



### レモンパックは要注意！

レモンに含まれるソラレンという成分は、紫外線にあたるとシミの原因になることがあります。



### 定休日のご案内

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

※丸の付いている日が定休日です。