

# ナチュラル クリーニング

ECO家事



手にも地球にもやさしい



# ナチュラルクリーニング

重曹

クエン酸



重曹・クエン酸を使った  
目からウロコのお掃除法をご紹介します。

宣言

明るい  
笑顔

すぐ  
返事

伝える  
元気



げんき君 ホームページ  
健康に関する情報がいっぱい

<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ C<sub>F</sub>

## 汚れを中和する!?



汚れやニオイには  
酸性とアルカリ性があります

ナチュラルクリーニングは、酸性の汚れはアルカリ性で、  
アルカリ性の汚れは酸性で中和します  
汚れの性質を知っていれば、必要以上にゴシゴシこすら  
なくてもたいていの汚れは落ちます!

覚えよう!  
汚れの性質

汚れ

ニオイ



### 酸性

油汚れ  
手あか  
湯あか

腐敗臭  
嘔吐物

重曹を使う

### アルカリ性

石けんかす  
水あか  
尿

タバコのニオイ  
魚の生臭いニオイ

クエン酸を使う

### 重曹



製菓材料売り場ではベーキングソーダー、  
薬局では炭酸水素ナトリウムという名で  
購入できます。

弱アルカリ性なので、酸性の汚れを  
落とすことができます。

### クエン酸



かんきつ類や梅干しの酸っぱさの主成分  
です。薬局などで購入できます。

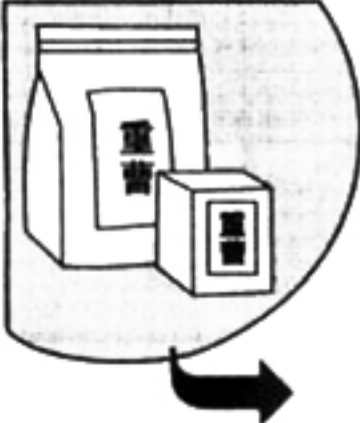
酸性なのでアルカリ性の汚れを  
落とすことができます。

やってみよう!

# ナチュラルクリーニング

用意するもの

重曹



クエン酸水



振りかけられるように  
穴が開いた容器に入れる  
使いやすいです。

水1カップに小さじ1を入れて  
溶かし、スプレー容器に入れて  
クエン酸水を作りましょう。  
(大量に作りおきするのはやめましょう)

使いやすく傷がつかない  
ポンポンたわし



アクリル毛糸を4本の指に  
クルクルと25回巻きつけて、  
まん中をキュッと結ぶだけ!



## Lavatory 洗面所



### 水栓金具

クエン酸

主に水あかや石けんかすなどはアルカリ性の汚れなのでクエン酸水をスプレーしてタオルで拭き取ります。金属のつけ根など細かい部分は歯ブラシで！

アルカリ性の汚れが多い洗面所に常備したいのがクエン酸スプレー。また素材を傷めない研磨剤として重曹もあとと便利です！



### ハンドソープボトル

クエン酸

石けんかすがこびりついて白っぽく汚れてきたら、クエン酸水につけておきましょう。

洗面ボウルにお湯をはり、大さじ2~3のクエン酸を溶かして、10分くらいつけるだけでキレイになります！



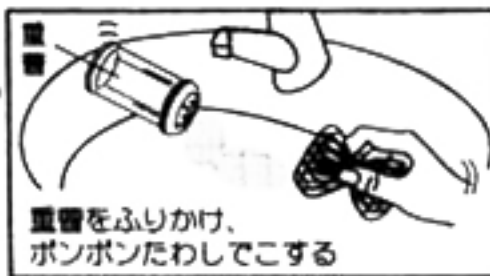
### 洗面ボウル

重曹

クエン酸

石けんかす、水あか、ほこり、カビなどの汚れがこびりついてます。

重曹の研磨力で汚れをおとして、クエン酸で中和し、洗い流します！



重曹をふりかけ、ポンポンたわしてこする

シュツ

## Kitchen キッチン

キッチンといえば「油汚れ」酸性の汚れが多いので重曹が大活躍！

### 鍋の焦げつき

重曹

カレーなどが焦げついた鍋には、重曹をふりかけて、ポンポンたわしてこするだけ。傷もつかずにきれいになります。



### シンクの汚れ

重曹

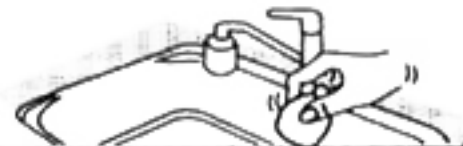
シンクの汚れには、重曹入りストッキングを使って磨きます。

すくれもの！

### 重曹入りストッキング

ストッキングをカットして、重曹を大さじ2~3杯ほど入れて口を結びます。

ストッキングの目からほどよく重曹が出るので、そのままシンクをこするだけ。後は水で洗い流しましょう。



### 排水口のお手入れ

重曹

クエン酸

排水口のいやなニオイをすっきりさせます。



重曹を1/2カップふり入れる。



クエン酸水1カップを電子レンジで1分加熱して、温めたものを流し入れる。



30分おいてお湯を注いですすぐ。※お湯は60℃ぐらい

## Bath Room

バスルーム



石けんかす、水あかなどのアルカリ性汚れの多いバスルームではクエン酸が欠かせません。

### 床の白っぽい汚れ

洗い場やバスタブの境目周辺に、水あかがたまって白っぽくこびりついた汚れは、濃いクエン酸水でバックします。

クエン酸



濃いクエン酸水を作る



クエン酸大さじ1杯を倍量の水で溶かす。

汚れにかける



30分ほどおきます。

ブラシでこする



軽くこするだけでキレイになります！

### シャワーヘッドの汚れ

クエン酸

シャワーヘッドの水が出る部分の白いこびりつき汚れは水あかです。クエン酸水につけるだけでキレイになります。



バケツに1リットルのお湯をはり、大さじ2弱のクエン酸を溶かして、シャワーヘッドを約30分つけておきます。最後にスポンジでこすって洗い流せばピカピカに！！

-6-

## 重曹・クエン酸の消臭効果

ニオイにも酸性とアルカリ性があります。ニオイの性質に合わせて使い分けましょう。

### 冷蔵庫

重曹

コップなどの容器に重曹を入れて、ふたをせずに冷蔵庫内に置くと、ニオイを吸いとってくれます。



消臭に使った重曹は排水口の掃除でリサイクル！

### 靴

重曹

靴のニオイや湿気をとるには重曹がおすすめ！



古い靴下に重曹を靴の中に入れる。つめて口を結ぶ。

### 生ゴミ

クエン酸

三角コーナーにクエン酸水を直接スプレーしておきましょう。また、魚の生臭いニオイにもクエン酸が効果的です。

### ゴミ箱

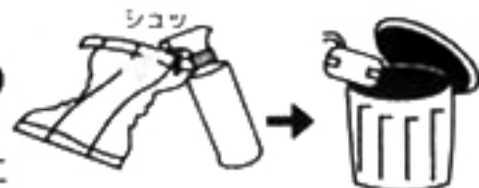
重曹

台所のゴミ箱などの腐敗臭には重曹が効果的です。ゴミ箱の底に重曹をまいておきましょう。

### 紙おむつ

クエン酸

紙おむつを捨てる時におしっこ部分にクエン酸水をスプレーしてから丸めると、クエン酸で尿が中和され、オムツバケツの中に嫌なニオイがこもりません。



ペットのおしっこのニオイも消臭します！

-7-