

100mm

C'

100mm

B'

97mm (内側に折り込む面)

A'



## 今年こそ、いつでもピカピカ★ 簡単お掃除テクニック

トイレ、洗面所の換気扇のお掃除方法

お宅のトイレ、洗面所の換気扇、こんなことになってませんか？



トイレ・洗面所の換気扇や換気口の汚れは、ホコリなどが多いため、吸引口にサッシノズルやブラシノズルを取りつけた掃除機で吸い取るとよいでしょう。

簡単にホコリなどを取り除くことができます。ただ、カバーの上から掃除

機でホコリを吸うだけでは限界があります。

でも、このカバー外すのにも力が要ります。ドライバーを挟んで力任せに取ろうとして壊してしまったりは元も子もありませんので「外せないなあ〜」と思ったら**エアコン用洗剤**などを使ってみるのもオススメ。



無事にカバーが外せた方は**割り箸に掃除用のシート**（濡れてないタイプ）を巻き付けたり、太い針金にシートを取り付け奥の方までぐりぐり掃除してみてください。その歳にはホコリやカビを吸わないようにマスクやゴーグルを

するのを忘れ無く！

また、お掃除が終わったら**換気扇用のフィルターを貼っておきましょう**。換気扇に貼るだけで換気扇の内部にホコリが入らないようにするだけでなく、フィルターの貼り替えの時にカバーを簡単に拭くだけでいいので掃除がとってもラクになるので、オススメです。



それでもやはり…  
換気扇が回らない、変な音がる、  
などなど、  
そんな時は、どうぞ遠慮なく  
お問い合わせ下さいね。

オヒサマ サンサン  
0120-013-3030  
FreeDial

## カラダすっきり! イキイキ! 健康サプリ

【赤ジソ】

赤ジソは大葉と共にシソの一種。葉の色が赤紫色のタイプの物を総称する呼び名です。古くから漢方医学で「蘇葉(そよう)」と呼ばれ理気薬として用いられてきました。

赤ジソは大葉とは違い、通常生のまま料理に用いる事はあまりありませんが、普通の食卓では梅干しに漬けられ、乾燥させた「ゆかり」でお馴染みですね。香りは大葉とよく似ていますが、生のまま食べてみると、大葉よりもアクが強く、えぐみが口に広がり、生のままではあまり美味しいとは言えません。

ですが、赤ジソジュースはこれから暑くなってくる時期にお子さんからお年寄りまでゴクゴク飲むことのできる夏バテ防止や疲労回復にもピッタリな飲み物なんです。

ネットにも作り方を紹介したページがたくさんありますし、赤ジソの葉をぶちぶちと外したら、あとの作り方はとても簡単♪♪♪ ぜひ八百屋さんやスーパーで赤ジソを見かけたら試してみてくださいね。



## 編集長 登田 今月のイチオシ!

編集長の登田が「コレは!」と思った優れものの商品をご紹介します

## 今回は...【室内物干し】

梅雨の時期には、『室内物干しってどうなんですか? 今も、部屋干しを頻繁にしてるし、家を建てたとしても必ず必要になると思ってるんですよね。』

一応、浴室乾燥機も考え

ているんですけど、部屋干し用の物干しは別で必要ですね?

天井に物干しを取り付けて、必要な時竿を下ろして使う商



品がありますが、実際のところ使い勝手はどうでしょうか? あと、付けるなら脱衣場スペースですか? 寝室や廊下に付けている人はいますか?』というお問い合わせが増えます。

まず、**室内物干しは脱衣場に竿が便利**ですが、脱衣洗面所が狭いお宅の場合は結構邪魔です! リビングだと、お客さんに見えちゃいますし、**プライベート目線のところに設置するのが良い**と思います。尚、収納タイプの竿もいいのですが、実際は出しっぱなしのお宅が多いみたいですよ。

また、室内物干しは建築段階で付けるのをオススメします。

**天井は構造材ではないので、頑丈に出来ていません。補強しないといけないので、建てた後につけるとなると、結構な工事になります。**それから風通しも大切なので、まだ建築中でしたら**工務店に要望を伝え、窓の配置や種類、脱衣室の入り口のドアにストッパーなどの工夫もする**とより便利だと思います。

もし気になりましたら「室内物干しの話、聞かせて?」とご連絡下さいませ。

オヒサマ サンサン  
0120-013-3030  
FreeDial