



# 知っ得情報誌年末号



## 大掃除

早いもので大掃除の季節になりました。  
 年始めに向けて大掃除をするご家庭も多いと思いますが、やるとなると、なかなか腰が重くなります。  
 大掃除へのモチベーションを上げる為に、まずは準備をしましょ♪

### 1、まずはお掃除道具の準備！

- マスク
- エプロン
- 軍手・ビニール手袋
- 雑巾(乾拭き用・水拭き用)
- 使い古し歯ブラシ
- 新聞紙
- バケツ
- 掃除用洗剤など

掃除道具を揃えてしまえば、もうやるしかない気分☺



### 2、今年のごみの最終日の確認。 いらないものは捨ててスッキリ♪

大掃除をはじめる前からいらないものは、まとめてごみの収集日まで袋に詰めておきましょう。  
くれぐれも収集日に出し忘れがありませんように☺



### 3、掃除をする場所チェックリストの作成

2021年 大掃除リスト 予定日 12/19 (日) 朝9時スタート					
場所	チェック	掃除箇所	場所	チェック	
キッチン	<input type="checkbox"/>	換気扇	リビング	<input type="checkbox"/>	床
	<input type="checkbox"/>	ガス台		<input type="checkbox"/>	照明
	<input type="checkbox"/>	電子レンジ		<input type="checkbox"/>	家具
	<input type="checkbox"/>	冷蔵庫 中も		<input type="checkbox"/>	窓
	<input type="checkbox"/>	食器棚		<input type="checkbox"/>	カーペット
	<input type="checkbox"/>	食洗器		<input type="checkbox"/>	カーテン
浴室	<input type="checkbox"/>	天井	寝室	<input type="checkbox"/>	床
	<input type="checkbox"/>	排水溝		<input type="checkbox"/>	カーテン
	<input type="checkbox"/>	棚		<input type="checkbox"/>	ベットマット
	<input type="checkbox"/>	鏡		<input type="checkbox"/>	窓
	<input type="checkbox"/>	ドア		<input type="checkbox"/>	ドア
トイレ	<input type="checkbox"/>	浴槽	玄関・スラッパ	<input type="checkbox"/>	表札・インターフォン
	<input type="checkbox"/>	便器		<input type="checkbox"/>	床
	<input type="checkbox"/>	壁・床		<input type="checkbox"/>	下駄箱
	<input type="checkbox"/>	換気扇		<input type="checkbox"/>	ポスト
洗面・洗濯機	<input type="checkbox"/>	鏡	玄関	<input type="checkbox"/>	排水溝
	<input type="checkbox"/>	洗面台		<input type="checkbox"/>	床
	<input type="checkbox"/>	洗濯機・洗面所 排水溝		<input type="checkbox"/>	窓
	<input type="checkbox"/>	収納棚		<input type="checkbox"/>	



★いつも掃除できない場所をリストアップ



★家族のスケジュールを確認⇒実地日を決定！

1日で終わらせようと無理をしないで複数回の計画をおすすめ

(#^.^#)

### \*担当決めのポイント\*

家族の分担は部屋別ではなく役割分担がおすすめ

例えば..

パ パ ~ 窓拭き・換気扇・排水溝  
 マ マ ~ キッチン回り・冷蔵庫内整理、大物洗濯

子 供 ~ 拭き掃除、パパと窓拭き  
 おじいちゃん・おばあちゃん~  
 カーテンフック付け、仏壇整理など

お子さんや、おじいちゃん、おばあちゃんにも、少しでもできる役割をつくり、毎年の大掃除を家族の集まる楽しい行事にしましょ☺  
 最後にみんなでチェックも忘れずに!(^^)!



## 身体温まるピリ辛キムチチゲ

～作り方～

- ①ごま油でニンニクと豆板醤を弱火で1分位炒める
- ②豚バラを食べやすく切り、キムチと一緒に炒める
- ③水800CCを鍋に入れて、中火で火が通るまで煮込む
- ④鶏がらスープと醤油で味付け
- ⑤最後に★の野菜類をいれて軽く火を通す。

出来上がり

※買ったばかりのキムチは少し時間をおくと酸味が強くなりさっぱりして美味しいです☺



### 材料

キムチ	400g	★長ネギ	1本
豚バラ	200g	★ニラ	半束
豆板醤	少々	★豆腐	2丁
ごま油	小さじ1	★きのこ類	お好み
鶏がらスープ	小さじ1	★もやし・白菜	お好み
醤油	お好み		



## 観葉植物の冬支度

引用:LIXIL 住まいの快適レポート



人気の高い観葉植物は、その多くが熱帯地域原産なため、寒さは大敵です。植物は特性が異なるので、個々に最適な防寒対策をして上手に管理しましょう。私たちが厚手のコートを着るように観葉植物も冬支度が必要です。

### 設置環境

- **最低気温を毎日チェック!**  
15℃以下を目安に、室内に取り込むように。室内温度は、各植物の耐寒温度をふまえて調整しましょう。
- **時間帯で設置場所を移動**  
昼間は日当たりのいい部屋の窓際に。夜間は冷え込む窓際を避け、部屋の中央へ移動しましょう。
- **カーテンを活用**  
レースのカーテン越しの日射しが最適です。冷気やすきま風を防ぐ、厚手のカーテンも有効です。
- **床暖房は要注意**  
床暖房は、植物の乾燥を促すので要注意。使用する場合は、鉢の下に段ボールなどを敷きましょう。
- **暖房の温風は厳禁**  
温風が直接当たらないよう調整を。葉の乾燥を防ぐため、加湿器利用もおすすめです。

### 水やり・肥料

- **冬場は植物も冬眠状態**  
水を吸い上げる力が衰えるので控えめに。余分な水分は、根が腐る要因です。
- **水やりは晴天の昼間に**  
気温の低い朝晩の水は、植物も縮こまってしまうので、晴天の昼間がベストです。
- **葉水で乾燥防止**  
基本は乾燥気味に管理しますが、葉の水分は適度に必要。時折、霧吹きで湿らせましょう。
- **肥料は不要**  
冬眠状態なので成長もほぼゼロ。栄養の与えすぎも、枯れる原因です。

### 工夫次第で防寒率アップ

室内温度が低い場合や、耐寒性の低い植物には、こんな防寒対策も。

#### ● 鉢カバー

段ボールや発泡スチロールの箱に鉢ごと収納。また、鉢をタオルや新聞紙でくるんで、きれいな布で覆えばインテリア性もばっちりです。



#### ● 簡易温室

発泡スチロールとビニールを使ったり、ペットボトルをカットして植物にかぶせたり、簡易温室風の環境で育てます。



## 暮らしのワンポイント

### 給湯器の耐用年数、知っていますか

10年過ぎたら一度はチェックを

給湯器の耐用年数は10～15年。問題なく動作していても熱効率が落ちる、湯温がぬるくなるなどの経年劣化が出てきます。故障などのトラブル予防のためにも、10年を目安に状態の確認を行いましょう。また異音があるなど気になることがある場合も、ほうっておいたり、自分で対処したりしようとせず必ずメーカーや工務店にお問い合わせを。

冬は冷たい水からお湯を沸かすので給湯器には負担が大きく、冬に故障する事はよくあります。給湯器は交換設置の費用も含めるとなると決して安い金額ではありません。急な故障に慌てないよう、寿命や故障のサインを見極め計画的に交換されることをおすすめします。



～ご挨拶～

今年も1年間、知っ得情報誌を読んでもいただきありがとうございます。誠に勝手ながら12月29日(水)～1月4日(火)の期間を休業とさせていただきます。期間中皆様には、ご不便をおかけしますが、何卒ご容赦いただきますようお願い申し上げます。来年も変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。良いお年をお迎えください。

