

色んな発見

お掃除

夏休みも終わり、炊事・洗濯に追われていたお母さん方も漸くホッとされているのではないのでしょうか。数日、お母さん方の夏休みを過ごされた後、この夏の終わりに一時間かけた寝室のお掃除はいかがでしょう！

《ベッドのお手入れ》



部屋に掃除機はかけますが、ベッドにも掃除機を…。布団をはずし、マットレスにも掃除機をかけ、縫い目などの細かい所のホコリも取りましょう。



ベッドのヘッドボードは木製のもの、水でぬらし固く絞った雑巾で水拭き。金属製の場合はから拭きをする。



天気のよい日は、マットレスを立てて風通しをよくし、ベッドを戻す時には上下・表裏を変え、るとマットレスが長持ちします。



枕は、汗やフケ・頭の脂汚れが想像以上についています。カバーはこまめに取替え、枕もしっかり干しましょう。



布団圧縮袋を使用する時は、圧縮しすぎると布団がもとに戻らなくなり、中の素材を傷めてしまうこともあるので、収納スペースに余裕があれば、圧縮を軽めにするなど加減するとよい。また、羽毛・羊毛布団や毛布は圧縮しない方がよいようです。

寝具の消臭 アロマテラピー

寝具の消臭・快眠のためにアロマテラピーを取り入れてみませんか。寝室全体であれば、アロマポットを使い香りを楽しむのもよいですが、手軽に寝具を消臭するには、スプレー容器に水200mlとローズマリ―またはペパーミントの精油2～3滴を入れ、よく振って混ぜます。これをベッドカバーや枕の下にシュッとひと吹きすると嫌な臭いを抑え、さわやかな香りが広がり、寝具の消臭・快眠に役立ちます。



我が家のおすすめ -おとりよせ-

— 金華さばみそ煮・金華さば醤油味付 —

(株)木の屋石巻水産

宮城県石巻市魚町1丁目11-4

TEL 0225-23-1234

我が家は、TVでこの商品を知り一度取り寄せてみると、私達以上に子供たちが美味しいと言い、最近では常備食になっています。

金華さばの缶詰は、秋限定生産で脂ののった「金華さば」のみ使用しており、漁れたてそのままを一つ一つ丁寧に手詰めされた手造り商品で、骨までやわらかく、やさしい味付けで一品おかずが足りない時などにおすすめです。さばのみそ煮と醤油味付の2種類があり、送料はかかりますが組み合わせ自由で何個からでも注文する事が出来ます。我が家のおすすめはみそ煮です。ご飯が何杯でも食べられますよ。

