



子供にも地球にも優しい

今日から始める エコお掃除!

掃除したばかりの床に子供が寝そべったら...?
合成洗剤を使っているとこんな不安は尽きないもの。
小さなお子さんがいる家庭には、今からご紹介するエコお掃除がおすすめです。
子供への害が少なく、環境汚染も防ぐこのお掃除方法、ママのお肌にもとっても優しいのです!

油、皮脂などのベタベタ汚れに!

重層 又は
セスキ炭酸ソーダ



<作用>

どちらも弱アルカリ性なので、中和して酸性汚れを落とします。ベタベタした油汚れなどにお薦めです。
細かい粉状の重層は研磨剤としても大活躍。作用は重層・セスキ炭酸ソーダともに同じですが、セスキ炭酸ソーダの方が水に溶けやすいという性質があります。

<使い方>

パウダーで(※重層)

重層はそのまま使うとシンク磨きなどに最適な研磨剤になります。又、汗など酸性のツンとした臭いを消す消臭効果や湿気を吸収する効果もあります。

ペーストで(※重層)

水1に対して重層2~3の割合で溶かし、歯磨き粉くらいの柔らかさにします。頑固な汚れを緩ませ、落としやすくします。

水に溶かして

水200mlに対して10gを溶かします。重層、セスキ炭酸ソーダど taraでもOKですが、セスキ炭酸ソーダの方が水に溶けやすいです。

NG!

重層をお湯に溶かすと強アルカリ性になるので皮膚を溶かしてしまいます。又、アルミ製品(鍋・食器など)を黒く変色させます。

乾いた水アカやヌメヌメ汚れに!

クエン酸 又は酢



<作用>

賛成なのでアルカリ性の汚れを中和して落とします。主に水アカや排水溝のヌメヌメ汚れに効果が抜群。他にたばこの匂いやトイレのアンモニア臭の消臭にも効果的。
クエン酸は無臭の為酢の匂いが気になる人にお薦めです。
酢は穀物酢などの“食酢”を使うと良いでしょう。ポン酢などは×。

<使い方>

原液で

原液を汚れや臭いのもとに直接かけて使います。クエン酸は湿気に弱いので乾燥している場所で保管しましょう。

水に溶かして

酢・クエン酸1を2~3の割合で溶かして使います。

NG!

カビ取り洗剤など、次亜塩素酸系系の洗剤との併用は有毒ガス発生の恐れがあります。又、クエン酸は大理石のツヤを消す事があります。

レンジのこびりついた汚れ



重層 ペースト

古歯ブラシに重層ペーストを付け汚れた部分にのせたらやさしく擦ります。

汚れが落ちたら、汚れと重層を雑巾で拭きとります。頑固な汚れはしばらく

放置してからこすれば落ちやすくなります。

魚焼きグリルの油汚れ



セスキ炭酸ソーダ水

重層

パウダー

重層パウダーを振りかけ、その上にセスキ炭酸ソーダ水をスプレーしたら5分ほど放置します。その後スポンジで擦り洗いを。

シンクのザラザラ汚れ

湿った状態のシンクに重層パウダーを振りかけ、スポンジでくるくると円を描くように擦ります。その後水で洗い流します。

重層

パウダー



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!!

抗酸化作用と豊富な食物繊維で健康増進

モロヘイヤまくろ丼



食欲のない時でも
食べやすく、
栄養バランスがいい!

材 料(4人分)

- まぐろの赤身(刺身用)—250g
- モロヘイヤ—100g
- プロセスチーズ—40g
- ひきわり納豆—80g
- しょう油—大さじ2
- 白飯—800g
- 白ゴマ—大さじ1/2

作 り 方

- 1 まぐろは包丁で細くなるまでたたく。
- 2 モロヘイヤは茎の硬い部分を切り落とし、塩(分量外)を加えた熱湯で約1分茹でる。水に取って冷まし、水気を切って包丁で細くなるまでたたく。チーズは1cm程度の角切りにする。
- 3 ①と納豆にしょう油を加えてよく混ぜ、②を加えてあえる。
- 4 器によった白飯の上に③を盛り、白ゴマを散らす。

モロヘイヤのチカラ

インド西部からアフリカ大陸を原産地とするモロヘイヤは、エジプトや中東では昔から食べられていた野菜です。王様の病気を治したクレオパトラも食べていたなどと伝えられており、古来から栄養価の高さが認められていたようです。
ビタミン類ではβカロチン・ビタミンB6・C・Eなどが豊富なため、抗酸化作用が強く生活習慣病の予防に役立ちます。又、カルシウムも多いのでストレスに対する抵抗力を付けたり、骨の老化を防ぐのに役立ちます。
季節がら心配な夏バテですが、不足するとその一因ともなるカリウムも多く含まれています。モロヘイヤには、食物繊維が100g中に5.8gも含まれていて、特有のヌルヌル感も食物繊維の一種でムチンと呼ばれる成分です。ムチンにはたんぱく質の分解を促進したりコレステロール値を下げる働きがあります。

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	31			

※丸の付いている日が定休日です。