

10 清掃

指針
No.23

清掃方法・頻度

清掃は部屋の使い方、用途等を考慮して、計画的に実施するとともに、素材にあった方法で適切に行いましょう。

清掃は、単に美観の保持ばかりでなく、健康で快適に暮らすために欠かすことができないものです。住まいが清潔で手入れが行き届き、整理整頓されていることは、衛生面だけでなく、精神的な面からも重要です。また、清掃を行うことによって、住まいや物を長持ちさせる効果もあります。

清掃を怠ると

- ・室内に堆積するチリやホコリはハウスダストと呼ばれ、ダニやダニの死骸、カビの胞子、花粉などが含まれていて、アレルギー性気管支ぜん息の発作の原因となる場合があります。

指針No.17、No.30～No.34参照

- ・浴室や台所などの湿気の多い場所の清掃を怠ると、カビが発生しやすくなります。

指針No.9、No.32参照

- ・照明器具、換気扇、エアコンなどの清掃を怠ると、性能が低下し、室内環境が悪化することがあります。また、エアコン等のフィルターにカビが繁殖し、臭いやアレルギーが室内に出てくる可能性があります。

指針No.5、No.21参照

- ・整理整頓を怠り、物が床や通路に散乱したり、積み上げられていると、転倒などの原因となるだけでなく、火災や地震などの非常時に避難の際の妨げになり大変危険です。



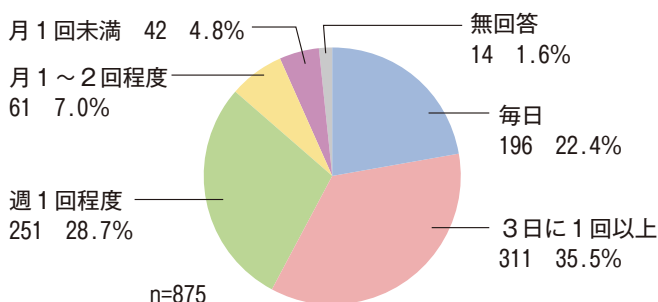
汚れが気になる程度と手入れの頻度

一般に、高所にある換気扇やレンジフード、照明器具、壁、家具の上面などの汚れは、比較的気にならない反面、その分手入れが行き届かない場合が多くあります。

特に、台所などの油汚れは、時間の経過や光熱などで変質し落ちにくくなるばかりでなく、マンションの台所にあるダクト内の油汚れは火災の原因にもなりますので、定期的に点検し、適切な手入れをしましょう。

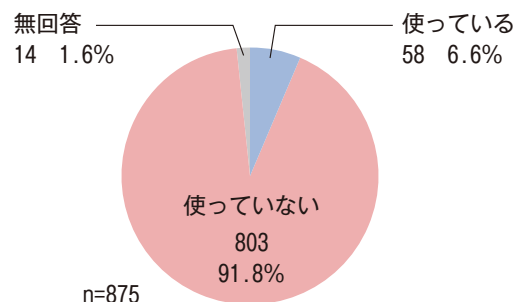
また、定期的の大掃除を行うと、ふだん目に付かない場所のカビの発生やネズミの侵入経路を発見できるほか、住宅の補修が必要な箇所の発見にも役立ちます。

[掃除機による居間の清掃実施状況]



(東京都福祉保健局 平成28年度アンケート調査)


[ロボット掃除機の使用状況]



(東京都福祉保健局 平成28年度アンケート調査)

チェックポイント
23 - 1

清掃は適切な方法で計画的に実施していますか。

- 1 清掃は計画的に行い、普段目に付かない場所もきれいにしましょう。
- 2 ホウキやハタキ、掃除機を使う時は、チリやホコリが舞いあがるので、必ず窓を開けましょう。
- 3 特にぜん息などのアレルギー疾患を持つ家族のいる家庭では、掃除機に延長用ホースを接続して、本体を室内に置くなど排気に注意し、頻繁に清掃をしましょう。
- 4 浴室などのカビの清掃は、胞子をまき散らさないようにし、使用薬品の取扱いに注意して行いましょう。  指針No.9 参照



チェックポイント
23 - 2

素材にあった方法で清掃していますか。

1 天井、障子や窓の棧（さん）、壁

表面に付いたホコリ等のゴミを掃除機でよく吸い取り、必要に応じて水、中性洗剤を染み込ませたぞうきんなどで拭きます。このとき、漆喰の壁は水拭きできないので注意しましょう。

2 床面

<フローリング（板張り）・塩化ビニルタイル>

掃除機やホウキでホコリ等のゴミを除去した後、乾拭きします。汚れがひどくて濡れぞうきんを使う場合は、その後、乾いたぞうきんでよく乾拭きし、水分を取りましょう。フローリングに濡れぞうきんを頻繁に使用すると、床板のひび割れなどが起こることがありますので注意しましょう。

<畳>

掃除機やホウキなどは、畳の目にそってかけましょう。

<カーペット>

掃除機を使ってホコリ等のゴミを除去します。特にカーペットは汚れが目立ちにくく、汚れを内包する特徴がありますので、汚れが目立たなくても頻繁に掃除機をかけて汚れを除去しましょう。汚れがひどいときは、専門の業者に依頼しましょう。

3 電化製品

水や溶剤での拭き取りは、表面の劣化や漏電、引火の可能性があるため、掃除をする際は取扱説明書をよく読んでから行いましょう。

4 家具

表面に付着したホコリは固くしぼったぞうきんで拭き取り、内部に溜まったチリや綿くずは掃除機等で除去します。スチール製品は水拭きできますが、木製品は水に弱いので注意しましょう。