



1 弱点は“乾燥”。だから換気にこだわって



カビを生やさないためには、まず換気をよくして湿度を下げる。ジメジメとは逆のカラッと乾燥した環境を作るのです。閉め切った空間は湿気がこもるので、できるだけ開放。たとえば、窓を開けて自然の風を取り入れる。水まわりを使った時は、必ず換気扇を回す。押入れは定期的に風を通す。これだけでカビの発生率はぐっと低下します。

浴室のカビ退治

入浴後は、すぐ換気扇を回し、窓を開放するクセをつける

浴室は、カビ好みのあらゆる条件が整っています。高温多湿で、エサとなる石けんカスや汚れもいっぱい。入浴後にはすぐ換気扇を回すこと、安全性を確保できれば窓を開けることは鉄則。入浴後はカビにとって絶好の環境なので、素早く温度を下げるのが大事。

水分をふき取る習慣を

浴室に水滴を残さないことも、カビ退治の重要なポイント。入浴後すぐ汚れを洗い流し、からびきで仕上げる。これだけでカビ環境はかなり改善されます。めんどくがらずに、バスタブから壁、床、ドアや小物まで、一つずつ乾いた布やタオルでふき取りましょう。カビが生えたら即退治！仕上げはエタノールでタイルの目地に生えたばかりの新しいカビなら、歯ブラシのこすり洗いも有効。住居用洗剤をつけ、下から上へブラシを動かすのがコツ。そのあと、エタノールをスプレーして殺菌します

2 入浴後は水シャワーで温度を下げる



湯上がりにすぐバスタブの湯を抜き、お湯のシャワーを全体に。入浴中に飛び散ったせっけんカスや泡、汚れをざっと洗い流します。次が水シャワーの出番。ここで温度を下げておけば、カビ環境が少し軽減できる。このあとからびきすればパーフェクト。換気も同時に行えば、高温多湿が解消され、カビが生えにくい環境になります。

キッチンのカビ退治

冷蔵庫の野菜は一個ずつラッピング。

3 冷蔵庫の野菜は一個ずつラッピング



冷蔵庫は低温だからと安心はできません。不潔にしておけば、ジワジワと繁殖し、一度カビが生えたら、その胞子が庫内に飛び散り、他の食品にも伝染します。胞子の飛び散り防止には野菜を一つずつラッピングして保存すること。庫内をエタノールで殺菌・消毒するのも効果的です。シンク下の換気に扇風機を活用流しの下棚は、ジメジメしやすく、しかも調味料が収納されているから、カビも大喜び。

胞子が付着し、繁殖する前に湿度をしっかり下げましょう。

調理中と調理後しばらくは換気扇を回します。シンク下は掃除をまめに行い、たびたび戸を開け放して通気をよくする。特にジメつきやすい梅雨時などは、扇風機をカビ退治に活用しましょう。中のものを全部出して掃除した後、棚の中に風が送られるように扇風機を回します。ニオイも取り除けて大助かりです