

お風呂タイムのちょっとしたイライラを防止!

入浴中って、鏡がすぐ曇ってしまったりちょっとしたカビが目についたりしてイライラしたりしませんか？
このようなイライラをちょっとしたアイデアで少しでも解決してみませんか。

●鏡を曇りにくくするには

洗髪中や洗顔中などふと鏡を見た時に曇っていたら、手についている石けん類で鏡をなでてください。そしてさっと水を流したら、鏡の曇り止めの応急処置になります。

またジャガイモを切り、断面を鏡にこすりつけてみてください。デンプン質が曇り止めの役割をしてくれます。掃除の時にでもお試しください。

●不快なカビを除去するには

カビの弱点は熱です。
熱に強い材質にカビが生えているときは、熱いお湯を数回かけてみてください。
何日後には、だんだんとカビが死んでいき白くなっていきますよ！
また、カビは石けんかす等が大好きです。熱いお湯をかけることによって、石けんかすかとれやすくなり一石二鳥です。

●上手にお風呂に入ると熟睡しやすくなりますよ

お風呂の温度は、夏は約38度、冬なら約40度のぬるめのお湯に、30分くらいつかると良いようです。熱いお風呂につかると交感神経を刺激してしまい眠りにくくなるようです。人間の体は眠りにつくには体温がだんだん下がってくるように調節されています。ですので、夜寝る前に熱いお風呂につかると、このリズムと重なる体温に下がるまで時間がかかってしまいます。体温が下がらなければ眠ることはできません。ぬるめのお風呂に入ることが眠りを誘うのです。お風呂から上がって30分くらいを目安にお布団に入ってください。



「水まわり工房」加盟店は
クリナップが推薦する
安心してリフォームを
相談できるショップ店です。

弊社は、クリナップのリフォーム
「水まわり工房」加盟店です。

四つ葉リフォーム

大阪府東大阪市新池島町2-8-1 8
TEL 072-987-5113