

ドイツ流

家事のススメ

ものを増やさないための約束事や
収納ルールが機能すれば、
毎日の簡単掃除の週1回の大きな掃除で
家の中はいつもさっぱり！



掃除機と洗濯機は丈夫で機能的なドイツのミーレ社製。普段はあまりテレビを観ませんが、アイロンがけがをするときだけは別。映画のDVDを観ることもあります。ドイツでは、立ってアイロンがけをするのが一般的ですね。

家事 6ヶ条

1 一日のはじまりは 朝一番の喚起から

朝、起きてはじめてにすることは、部屋の空気を入れ換えです。一日のはじまりに、よんだ空気新しい空気と入れ換えると気分がスッキリします。ドイツの家庭では、どんなに寒い日でも毎朝の喚気は欠かしません。

2 ササっとできる 毎朝20分の簡単掃除

掃除の内容は、洗面台の床を掃く、洗面ボウルのまわりを雑巾で拭く、家事や小物の埃をはらう、ソファとクッションのしわを伸ばす。9時頃にはいつでもお客さんをお迎えできる状態にしておきます。毎朝同じ時間に行えば、歯磨きのように習慣になりますよ。

3 本格掃除は 週1回の家事の日

毎週月曜か火曜を家事の日と決めていきます。その日は幼児を入れずにしっかりお掃除。選択や掃除機かけのほか、アイロンもまとめてかけます。なぜ月曜か火曜なのかというと、土曜は家にいる時間が長く、普段より部屋が汚れるからです。



埃をはらうときにはものを動かして。この面倒なひと手間によって、モノを置かないようにしようという意識が働いて物の減量につながります。ドイツ製のムートン毛ばたきは、母がプレゼントしてくれました。

毎朝、ガラス戸めいっぱい開けて喚起します。網戸は好きではないのでつけていません。

家事のストリーム

図形から「正方形/長方形」挿入
 枠線の色:青
 ルールを増やさないための約束事や
 の簡単掃除の週1回の大きな掃除で
 家はいつもきれい！

HGP明朝B
28p

HGSゴシックE
11p

HGP創英角ゴシックUB
20p

家事 6ヶ条

1 朝一番の喚起から

朝、起きてはじめてにすることは、部屋の空気を入れ換えです。一日のはじめに、よんだ空気新しい空気と入れ換えると気分がスッキリします。ドイツの家庭では、どんなに寒い日でも毎朝の喚気は欠かしません。

図形から「楕円」挿入
塗りつぶし:青

図形から「線」挿入
塗りつぶし:青
線の太さ:1.5p

図形から「線」挿入
塗りつぶし:青
線の太さ:1p・点線

「洗濯 写真」で検索

「掃除 写真」で検索

「アイロンがけ 写真」で検索

掃除機と洗濯機は丈夫で機能的なドイツのミール社製。普段はあまり掃除機をかけませんが、アイロンがけをするときだけは別。映画のDVDを観ることもあります。ドイツでは、立ってアイロンがけをするのが一般的ですね。

CJゴシック 9p

3 週1回の家事の日

毎週月曜か火曜を家事の日と決めていきます。その日は幼児を入れずにしっかりお掃除。選択や掃除機かけのほか、アイロンもまとめてかけます。なぜ月曜か火曜なのかというと、土曜は家にいる時間が長く、普段より部屋が汚れるからです。

Century 48p・フォントの色:青

ササっとできる
毎朝20分の簡単掃除

HG明朝B 18p・フォントの色:青

CJゴシック 10p

掃除の内容は、洗面台の床を掃く、洗面ボウルのまわりを雑巾で拭く、家事や物の埃をはらう、ソファアークッションのしわを伸ばす。9時〜11時いつでもお客様をお迎えできる状態にしておきます。毎朝同じ時間に行えば、歯磨きのように習慣になりますよ。

「掃除 写真」で検索

「毛ばたき 写真」で検索

「掃除 写真」で検索

「毛ばたき 写真」で検索

「掃除道具 写真」で検索

埃をはらうときにはものを動かして。この面倒なひと手間によって、モノを置かないようにしようという意識が働いて物の減量につながります。CJゴシック 8p

「窓ふき 写真」で検索

毎朝、ガラス戸めいっぱい開けて喚起します。網戸は好きではないのでつけていません。

CJゴシック 8p

