

5

しみ抜き王子に教わる  
家庭でできる! しみ抜き術

お気に入りの一枚に、食べ物のしみが飛んで、「もう、嫌になっちゃう!」。そんなときに即マネできる、しみ抜きの「スゴ技」を伝授します。

**スゴ技**  
カリスマクリーナー  
漂白剤に重曹のアルカリが加わることで、汚れが分解しやすくなり、漂白効果がアップ。

**スゴ技**  
しみ抜き棒  
脱脂綿を2枚に裂き、1枚は丸めて割り箸の先に当て、もう1枚の脱脂綿で覆って輪ゴムで留める。クリーナーの量を調整しやすい。

カレーに pasta ソース、口紅から血液まで、一張羅のワンピースやよそ行きの子供服に限って、しみをつけちゃうんですよね。慌ててぬらしたハンカチでたいたいでから洗濯機で洗っても、うっすら跡が……。そんな経験のある方に、ボクがおすすめたのが、この「カリスマしみ抜き術」です。使うのは、どこの家にもあるような、洗剤と道具でオッケ!。洗濯機に入れる前のひと手間、で驚くほどきれいに落ちるのでぜひお試しを!



今月のマイスター 福永真一さん

しみ抜き修復師。高い技術力がテレビなどで話題となり「しみ抜き王子」の愛称で人気者に。修復専門サイト「クリーニングステーション」を運営。

漂白剤+重曹がポイント  
カレー

- 用意するもの
- 酸素系液体漂白剤
  - 重曹
  - 割り箸
  - 脱脂綿
  - 輪ゴム
  - キッチンペーパー

1 カリスマクリーナーを塗る



酸素系液体漂白剤と重曹を3:1の割合で混ぜ、カリスマクリーナーを作る。キッチンペーパーをしみの裏に当て、しみ抜き棒にカリスマクリーナーをつけ、しみ全体にまんべんなくしみ込ませる。

2 もみ洗いをする



汚れが薄くなったら、ぬるま湯でもみ洗いをする。指に力を入れすぎず、やさしくもむのがコツ。

3 再度クリーナーを塗り「やかん漂白」



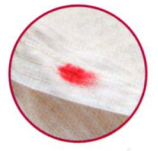
汚れが残った部分にさらにしみ抜き棒でカリスマクリーナーをしみ込ませ、蒸気に当てる。当てるのは1か所につき3秒以内。しみが落ちるまで繰り返し、洗濯機へ。ケチャップなど食べ物全般、ワインや汗じみにもおすすめ!

**スゴ技**  
「やかん漂白」  
蒸気に当てる時クリーナーの効果が高まり、汚れを素早く分解!

\*「やかん漂白」をするときは、かならずゴム手袋を着用



血液や口紅のような頑固なしみも  
身近なコレで、きれいに落ちるんですよ



メイク落としでOK!  
口紅

クレンジングオイルの油分が繊維に浸透し、汚れを浮かせて落ちやすくする。

- 用意するもの
- クレンジングオイル
  - しみ抜き棒
  - キッチンペーパー



1 クレンジングオイルを塗る

しみのついた側にキッチンペーパーを当て、裏側からしみ抜き棒でクレンジングオイルをしみ込ませる。



2 ペーパーに汚れを移す

しみ抜き棒でしみを強めにたたきながら、キッチンペーパーに汚れを移していく。



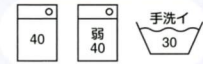
3 もみ洗いをする

ぬるま湯でやさしくもみ洗いし、洗濯機へ。

真っ白!

しみ抜きの前に要チェック!

洗濯表示を確認



今回紹介したしみ抜きができるのは、水洗いできる衣類。洗濯機マークや手洗いマークがついていれば可。

色落ちチェックを

しみ抜きの前に、かならず色落ちのチェックを。クリーナーなどをめだたない部分につけて、やかんの蒸気を当て、乾いても変色しなければOK。



ダイコンの酵素が効く!  
血液

ダイコンおろしに含まれる酵素が血液を分解し、オキシドールですっきり漂白。

- 用意するもの
- ダイコンおろし
  - ガーゼ
  - キッチンペーパー
  - オキシドール
  - しみ抜き棒



1 ダイコンおろしでしみをたたく

しみの裏にキッチンペーパーを敷き、ダイコンおろしを包んだガーゼでしみをたたく。



2 オキシドールを塗る

しみ抜き棒でオキシドールをしみ込ませる。しみが薄くなるまで念入りに。



3 「やかん漂白」をする

汚れが残ったら「やかん漂白」をする。



4 もみ洗いをする

ぬるま湯でやさしくもみ洗いし、洗濯機へ。



スッキリ!

MESSAGE

---



---



---



---

若さとキレイをつくる

毎日ちよこっと  
「ながらヨガ」

靴下をはきながら

- 背中や下半身の筋肉を刺激
- 骨盤の矯正



前屈は無理せず  
できる範囲で

靴下をはくほうの足を伸ばし、足首を立てる。反対の脚は曲げて、足裏を太ももにつける。そのまま前屈をし、靴下をはく。反対側も同様に行う。

監修/フィジカルヨガ普及協会・田辺直恵

sun.	mon.	tue.	wed.	thu.	fri.	sat.
		1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
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		