

つゆ 梅雨ときの湿気対策あれこれ

「梅雨」は、北海道と小笠原諸島を除く日本全体に、6月から7月にかけて毎年やってきます。梅雨の時期は、曇りや雨の日が多く、湿気が多いため、洗濯ものは乾かない、いろいろなものにカビは生える、いやな臭いがするなど、憂うつになることが多い季節ですが、工夫して快適に過ごしましょう。

↑梅雨に入る前にやっておきたいこと

1) 大物や厚手のものの洗濯：シーツ、ベッドカバー、テーブルクロス、カーテン、玄関マットなどは、汚れがついたまま梅雨に入ると、臭いやカビのもとになるので、梅雨に入る前に洗濯を済ませておきましょう。

2) クローゼットなどの掃除：クローゼットや洋服ダンスの床や隅にはホコリがたまりやすく、閉め切ってしまうと、湿気もこもりがち。掃除機でよくホコリを吸ったり、乾いたぞうきんで拭いたあと、風を通して湿気を取り除き、除湿剤を置いておきましょう。

3) 靴箱の掃除：靴箱は汚れが溜まりやすく湿気もこもりやすいので、カビや臭いの危険ゾーン。掃除をした後、棚板に新聞紙を敷く、除湿剤を置くなどの対策をしておきましょう。

4) 防水スプレーの活用：レインコートや傘、靴やバッグなどに防水スプレーをして、水や汚れを防止しておきましょう。防水スプレーには、用途によって皮革用、衣類・布用、金属用などがあるので、正しく選んで活用してください。

↑除湿の方法について

※ 除湿剤について：除湿剤はスーパーやホームセンターなどで売っていますが、自分で簡単に作ることもできます。水が溜まったら効果がなくなるので、新しいものに取り換えましょう。

* 手作り除湿剤の作り方：重曹を素焼きの鉢に入れ、ケーキ用のレースペーパー、湿気を通す薄い布やレース、和紙などでカバーをします。

* 除湿剤の置き場所：床や洋服ダンスの底など下の方に置くことがポイント。水分も臭いも、下の方から溜まっています。

※ 新聞紙の活用：新聞紙は湿気をよく吸うので、クローゼットの床やダンスの引き出しの底などに敷き詰めておくのと良いでしょう。ただし、衣類に新聞のインクがつかないように工夫してください。

※ 炭の活用：炭にはたくさんの穴があって、湿気や臭いをよく吸収してくれます。特に、備長炭の効果はよく知られています。

↑ 家全体の換気をしっかり：健康のためと同時に、家の中に汚れがたまるのを防ぐ効果があります。

* 朝起きたら、先ず家の窓を開け放して換気を ⇒ 寝ている間にもこもった空気、布団から舞い上がったホコリなどを部屋の外に出しましょう。

* 閉め切って外出したときは、帰宅後も換気を ⇒ 屋間に部屋にこもった熱、排水口やゴミ箱などから立ち上がって部屋の中に溜まっている臭いなどを、きちんと入れ替えましょう。

Medidas contra a umidade na época das chuvas

A época das chuvas, “*tsuyu*”, ocorre nos meses de junho e julho em todo o Japão, menos na região de “*Hokkaido*” e ilhas de “*Ogasawara*”. Na época das chuvas, os dias são nublados e chove muito. Há muita umidade e as roupas lavadas não secam, aparecem mofo e ficam com mau cheiro. É uma época desanimadora, mas procuremos viver confortavelmente tomando algumas medidas.

↑ O que podemos fazer antes da época das chuvas

1) **Lavagem de peças de grande porte ou espessas:** como lençóis, colchas, toalhas de mesa, cortinas e tapetes, antes de iniciar a época das chuvas, porque as sujeiras podem dar origem ao mofo e mau cheiro.

2) **Limpeza de armários embutidos:** Na parte inferior e nos cantos dos armários acumulam se poeiras e ficam úmidos quando permanecem sempre fechados. Remova as poeiras com um aspirador e passe um pano seco, ventile e utilize um desumidificador.

3) **Limpeza de sapateira:** Na sapateira há o acúmulo de sujeira e umidade, portanto após fazer a limpeza, forre a prateleira com jornais e coloque um desumidificador contra o mofo e mau cheiro.

4) **Utilização do spray impermeabilizador:** Antes de entrar na época das chuvas, aplique um spray impermeabilizador em capas, guarda-chuvas, sapatos e bolsas para combater a umidade. Existem variedades de spray impermeabilizador como para couros, roupas ou tecidos e metais. Por isso, escolha o spray de acordo com a necessidade.

↑ Sobre as maneiras de desumidificação

※ **Desumidificadores:** Podemos encontrar facilmente um desumidificador em lojas ou supermercados, mas que tal preparar um desumidificador caseiro para fazer economia? Quando acumular a água perde a eficácia, necessitando trocar por um novo desumidificador.

* **Como preparar um desumidificador caseiro:** Coloque o bicarbonato de sódio em um recipiente de cerâmica não vitrificada e envolva com um papel de renda de confeiteiros, tecidos finos ou de renda, papéis “*washi*” que passam a umidade.

* **Onde colocar o desumidificador:** Coloque na parte inferior ou no fundo do guarda-roupa. A umidade e o cheiro acumulam-se em lugares mais baixos.

※ **Aproveitamento de jornais:** Os jornais absorvem a umidade, por isso forremos o fundo das gavetas do armário com jornais. Tome cuidado com a tinta dos jornais para não sujar as roupas.

※ **Utilização do carvão:** O carvão possui muitos buracinhos e eles absorvem a umidade e o cheiro. O carvão “*Bintyōtan*” é famoso por sua qualidade e eficácia.

↑ **Cuidemos bem da ventilação da casa:** Mantendo a casa bem ventilada, faz bem para a saúde e ao mesmo tempo previne o acúmulo de sujeiras dentro da casa.

* **Pela manhã, ao acordar, abra as janelas para trocar o ar acumulado durante a noite e expulsar as poeiras provenientes de futons.**

* **Quando sair de casa deixando ela fechada, troque o ar quando retornar ⇒ Troque o ar acumulado durante o dia que deverá estar abafado e os maus cheiros causados pelo lixo e pelo escoamento da pia de cozinha.**

