

ハウスキューピング①

## アロマのふき掃除



製作時間: 1分

分量: バケツ1杯分

雑巾がけなのに、幸せな気分になってしま  
うかもしれません♪

### ワンポイントアドバイス

使う部屋に合わせて精油を変えるのは大  
変！という方は、ティートリーがどこにで  
も使いやすいですよ。

高濃度で使うと、塗装が剥げやすくなるの  
でご注意ください。

### 材料

- ・きれいな雑巾・バケツ・水
  - ・精油 数滴
- (以下の殺菌消毒効果が高い精油から)

寝室に...ラベンダーなど安眠に導く香り

玄関に...レモングラスなど靴の匂いなどデ  
オドラント作用がある香り

トイレに...ペパーミント、シトロネラなど  
尿の香りを和らげ清潔感を与える香り

リビングに...ティートリー、オレンジなど  
殺菌効果がありつつ、どんな時間帯にも合  
う香り

キッチンに...レモン、ローズマリーなど  
食事の邪魔をしない、食事に合う香り

### 作り方

1. バケツに水を張り、精油を数滴たらしか  
き混ぜます。(小さめのバケツなら1滴  
から試してみてください)
2. 普段のように雑巾を浸して絞るだけ  
です。