

市住新聞

vol.32

発行者

市営住宅指定管理者
宮崎市営住宅管理センター
[代表]
一般社団法人
宮崎県宅地建物取引業協会
管理収納担当課
住所:宮崎市昭和町86番地2
電話:0985-74-5211

年末年始休業のお知らせ 管理会社は12月29日～1月3日まで年末年始休業とさせていただきます。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

お掃除豆知識ハケ条



1 計画を立てる

例えば「大掃除は5日間、1日目はリビング、2日目はキッチン」などと計画を立てる。

2 お掃除キットを作っておく

道具や洗剤を探すのは時間のロス。窓まわり、水周り、床清掃など場所別に道具、洗剤等をひとまとめにしておくとう便利。

3 古いタオルを何枚か用意する

一枚の雑巾をすぎながら使うと、雑巾に残った汚れを広げることになる。

4 上から下へ。奥から手前へ

天井など高い所から始めて、壁、棚と順に。せっかく綺麗にした所を汚さないように「奥から手前へと後退しながら」が基本。

5 乾いた状態でホコリをとってから、洗剤を使う

照明器具やインテリアは、いきなり洗剤で拭かないこと。洗剤のパワーが弱まる。

6 汚れの段階が軽いうちに落とす

汚れは時間と共に付着～吸着～粘着～染着の順にだんだん頑固になります。

7 洗剤は使いすぎない

洗剤は多く使っても落ちるわけではありません。かえって後始末が面倒になり、素材を傷めたりします。

8 いきなり強力な道具や洗剤を使わない

まず柔らかいスポンジでこすり、落ちない場合はブラシ、それでも落ちない場合はスチールタワシというように素材を傷めないように。ゴム手袋で手を守ることも忘れずに。

高齢者の冬の対策 ヒートショック室内温度差の対策

ヒートショックとは、急激な温度変化により体が受ける影響です。暖かいリビングから廊下、トイレ、脱衣室、浴室など、温度変化が激しい所へ移動すると、体の温度変化に対して、血圧を急激に変化させたり、脈拍を速くしたりして対応するため、脳卒中や心筋梗塞などにつながる恐れがあります。1年間にヒートショックで亡くなる人は推定で1万人以上。これは、交通事故死亡者より多いとされています。

ヒートショックを起こしやすい人

●65歳以上の高齢者 ●高血圧症、糖尿病、動脈硬化症がある人 ●肥満傾向のある人 ●一番風呂に入ることが多く、熱めのお風呂を好む人 ●便秘気味

ヒートショックの予防と対策方法

●洗面脱衣所、トイレに暖房器具を置いて、温度差を小さくする ●入浴前に浴槽のふたを開けておき、床にはマットなどを敷く ●お風呂の温度は、38～40度のぬるめにする ●肩までつかず、体への負担が少ない半身浴にする ●食後すぐや、空腹時に風呂に入らない ●トイレの便座は暖房便座に交換するか便座カバーを使う ●トイレでいきむことが無いよう、日頃から便秘を整えておく

時間外の
緊急連絡は
真に緊急
の場合のみ!!

「テレビが映らない」「共同灯がつかない」などの真に緊急でない場合は翌日8時30分以降の連絡にご協力をお願いします。緊急と判断できない場合は、緊急対応ができませんのでご了承ください。

緊急でない場合

翌日 8時30分
以降に連絡

～住まいの緊急トラブルを解決しよう!～

洗濯機の排水の流れが悪くないですか?

洗濯機用防水パンが設置されている住戸のトラップは、ホースをしっかりと取り付けし、洗濯のあとは目皿などははずして、綿や糸くずなどを掃除しましょう。

※洗濯機用防水パンが無い住戸では、浴室排水するホースを長くするなど確実に排水できるようにしましょう。



防水パン

台所や浴室の排水の流れが悪くないですか?

流しや浴室の排水は、特につまりやすいものが多いところです。

こまめに掃除を心がけましょう。

また、台所は天ぷら油などを直接流すと油膜が付着し、通りが悪くなり、場合によっては排水管が詰まり逆流して溢れることがあります。

※溢れた場合は直ちに水の使用を止めて、下の階の入居者へ連絡しましょう。

ワントラップ式は
外して確認しましょう

流し



油を直接流すと油膜が発生します。

浴室



お風呂の詰まりの原因の多くは頭髮です!

下の階の入居者への補償も発生します
修理代は配管を詰ませた入居者負担ですよ～
こまめに掃除をしましょう



家庭内に潜む火災発生危険!

リビングのここが危ない!

- ・灰皿…水を入れておく。
- ・ストーブ…カーテンや家具から離して。
- ・部屋干しの洗濯物…ストーブの上で干さない。
- ・使用中のアイロン…離れるときは電源切断。
- ・ろうそく…点火中は取扱いに注意。
- ・カーテン…火が付くと燃え上がりが早いので、防災品の使用を。

キッチンのここが危ない!

- ・コンロ…一寸離れるときでも必ず消火。周囲整理整頓。
- ・コンセント…たこ足配線禁止。長期間差し込んだままのプラグは掃除を。
- ・換気扇…定期的な清掃で油等を除去。
- ・てんぷら油(鍋)…過熱に注意。過熱防止付コンロが安全。
- ・住宅用消火器…取り易い場所に置く。
- ・ガスコンロのゴムホース…経年劣化に注意、定期的を確認。

寝室のここが危ない!

- ・たばこ…寝たばこ絶対禁止。火の付いたたばこ置きっぱなし禁止。
- ・吸殻…溜めずにこまめに捨て、捨てる時は水に浸して、燃える物とは別に。
- ・ストーブ…点火したまま寝ない。
- ・こたつ…中で洗濯物を干さない。
- ・暖房器具…定期的に点検整備。
- ・コード…長期間茶筆筒等の下敷きになっているコードや、折りたたんでいるコードは発火危険大。

ベランダの仕切り板付近や共用廊下などは火災発生時の重要な避難経路です。障害物を置かないでください。