

エコプラザ西東京ニュース



エコエコ

eco

eco

第 13 号

発行 エコプラザ西東京

〒202-0011

東京都西東京市泉町 3 丁目 12 番 35 号

TEL 042-421-8585 FAX 042-421-8586

E メール ecoplaza@city.nishitokyo.jg.jp

エコで楽しくお掃除しましょう！

年末、忙しいあなたも古いタオル 1 本で家中ピカピカに

掃除の達人は「きれいにみえる」ポイントを心得ています！



大掃除は忙しくてとても無理！
そんなあなたも古タオルを使って、
ポイントだけ磨いてみませんか？
ポイントを押さえるだけで、それほど一生懸命がんばらなくても「きれいになった」と感じ、気持ちよく新年を迎えられます。

もう少し時間をかけられるなら、
タオルでこんなお掃除しよう！

- 疲れ知らずで窓を磨こう！

用意するもの：タオルとぬるま湯

- ・ タオルを 8 分の 1 に折る。
- ・ タオルの内側を水をつけた手でポンポンとたたくようにしてぬらす。外側はぬらさないこと。手に持った感触はドライ。
- ・ 拭き方はタオルを直線で横に、窓枠の端まで行ったら、タオルの巾だけ下にならずして、今度は反対方向に。タオル 1 本でたたみの大きさの窓ガラス 2 枚位を疲れずに拭くことができます。
- ・ 窓枠がアルミサッシの場合には、お湯で絞ったタオルを手に巻きつけて拭きます。
- ・ レールの埃は乾いたタオルを人差し指に巻きつけて。レールの隅はタオルを少しぬらして取ります。



視界 140 度。目線に入るところが大切
気になる汚れだけを重点的に

中心で半分に切る

- キッチン周りは半分に切ったタオルが便利！

タオル

- ・ 横半分に切ったタオルを 4 分の 1 に折って使用
- ・ レンジ台は調理直後の熱い内に拭くのがコツ
- ・ レンジ台にこびり付いた汚れは折ったタオルに台所用クレンザーをつけて拭きます。タオルのクレンザーがついていない部分で拭いておしまい。
- ・ シンクは食器を洗い終わった後に水滴を乾いたタオルで、少し力を入れてふき取ります。
- ・ 最後に乾いたタオルを水道の蛇口に巻きつけて、両端を持って右、左と磨き上げてピカピカに。

こんなタオルがベスト！

- ・ 使い古しでも白いタオルがおすすめ。汚れがひと目で分かり、達成感が得られます。
- ・ タオルの厚さは薄手で、もめん 100% のもの。温泉旅館のタオルが一番。

次頁に続く

フローリング、カーペット、畳もタオルでお掃除しましょう！
できるだけ午前中のお天気のよい日を選びましょう。



フローリングのタオル掃除術

少々ぬらしたタオルを二枚重ね、縦に半分に折って掃くように動かして埃をとります。部屋の埃は出入り口付近の隅に集中するので、部屋の四隅だけ掃いても効果抜群です。その後に掃除機をかけると埃が舞い上がりません。



次は拭き掃除。タタミ一枚分の面積を目安に汚れが目立つ場所から拭きます。タオルの大きさは4分の1にたたんで使用します。

手を横に直線的に大きく動かして、二の腕のシェイプアップにも効果抜群です。

ただし、時間はかけないこと。息切れしないように、一度の拭き掃除は5分が目安です。

着古しのフリースも魔法の雑巾

着古したフリースを手で馴染む位の適当な大きさに切っておきます。

お子さんがクレヨンでフローリングに描いた落書きや油汚れは乾いたフリースで。

隙間に入り込んだ汚れもコインを当てたフリースでかき出します。

重曹を使って地球にやさしいお掃除をしてみましょう！

最後に重曹を使って冷蔵庫のお掃除をします。

用意するもの：重曹、酢、布、綿棒

準備：水1ℓに対して重曹大さじ4の割合で溶かした水溶液を作る。酢は2～3倍の水で薄めておく

- ・ まずは冷蔵庫の外側と内部のお掃除
重曹の水溶液を含ませた布で拭きます。その後、水で薄めた酢をスプレーし、乾いた布で拭きます。
- ・ ゴムパッキンの汚れは
重曹の水溶液を含ませた綿棒でゴムパッキンの汚れをこすり落とします。次に水で薄めた酢を含ませた布や綿棒で拭いて仕上げます。
- ・ 最後にピンまたは箱に重曹を入れ、ガーゼや薄い布で蓋をして冷蔵庫内の脱臭剤に。3ヶ月で中の重曹は取替えます。取り替えた後の重曹は床などの清掃に利用できます。

カーペットのタオル掃除術

お湯で硬く絞ったタオルを使用。8分の1の大きさにたたんだものを「おしぼり」の様に丸め、掃くように手早く拭きます。

カーペットの裏側をめくって埃を取り、しばらく空気を通しておきます。

たたみのタオル掃除術

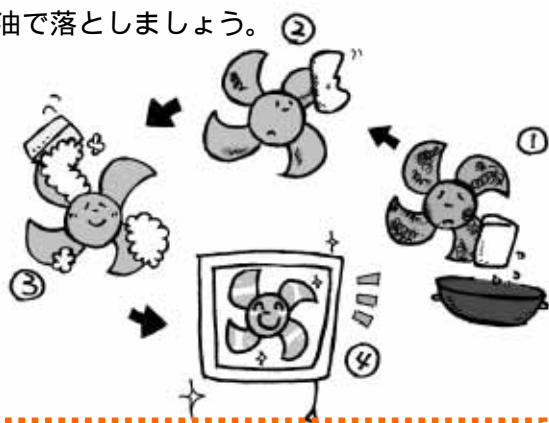
カーペットと同様にお湯で硬く絞ったタオルを8分の1に折って「おしぼり」状に丸め、軽く掃くように手早く拭きます。水分が畳にしみ込まない様に力を入れないことがコツ。表裏を使えば、タオル1枚で約三畳が拭けます。

畳のへりは乾いたタオルでたたくように埃を浮き立たせ、お湯で固く絞ったタオルで拭きます。

揚げ物に使った油で換気扇がピカピカに
換気扇の羽根の部分を取り外します。

てんぷらなどに使った食用油を布などにしみこませて、換気扇の羽根の部分にまんべんなくぬります。そのまま5分ほど置いておきます。乾いた布などでふきとったあと、液体石鹸を泡立てて洗えばすっきり油汚れが落とせます。

油は油で落としましょう。



今回掲載した情報は下記の書籍を参考にさせていただきました。

- 「タオル一本で家中ピカピカ」(大和出版)
沖幸子著—生活評論家/フラオグルッペ(株)社長
- 「エコでトクする家事の本」(永岡出版)
エコプラザ学習コーナーでご覧頂けます
- 「やさしい重曹生活」(主婦の友社)

市内のエコ名情報～NPO法人～世界の子どもたちに暖かいセーターを送る会

代表は「ニット作家」という肩書きを持ち、長く編み物にかかわってきた小林すみ子さん。

小林さんがこの会を立ち上げるきっかけとなったのは、2002年3月に起きたアフガニスタン北部の地震でした。ニュースで、地震では何とか助かった子どもたちが、寒さのために死んでしまうという痛ましい事実を知りました。

一方では手編みのセーターは敬遠され、使われなくなった毛糸が捨てられている日本の現状がありました。

「子どもたちの命を助けたい！毛糸を再利用して、戦争や災害にあって、寒さで震えている子どもたちに暖かいセーターを送ることはできないのか？」

やがて、その思いは胸に大きなハートのマークのついた小さなセーターとなり、NPO法人「日本救援衣料センター」を通してペルーとモンゴルの子どもたちを暖めることができました。

毛糸のリサイクルを押しすすめながら、世界の子どもたちへ手を差し伸べる小さな活動は、昨年12月にNPOの認証を得、少しずつ輪が大きくなってきました。

この12月には編み物の先生方の協力もあって、120枚ほどを送ることができました。

順調に活動が広がる中、いくつか悩みも。一つは方々から集まってくるたくさんの毛糸の収納場所がないこと。最近では「毛糸を寄付したい」という申し出も断らざるを得ない状況になってしまいました。どなたか毛糸の保管場所をご提供してくださる方をご紹介します。

次に編み手の問題。セーターを編んでくださる方はもちろん、毛糸やセーターを整理して頂ける方も歓迎です。

最後にセーターを海外へ送るには1枚につき約100円の送料がかかります。この費用の捻出が大変で、12月12日（土）には手作り品のバザーを開催します。

また、定期活動として毎月第1、第3火曜日に貸しギャラリーで「ニットカフェ」を開催しています。コーヒーを飲みながら、編み物やおしゃべりにいらしてください。時間は自由。毛糸がなくても大丈夫です。編み方も丁寧親切に教えてくれるそうです。

手作り品のバザー

とき：12月12日（土曜日）10時～16時（予定）

ところ：西武柳沢駅南口1分「SPACE KOH」
（柳沢駅南口を出て「サンクス」を右折、赤いドームテントが目印）

100円（送料）募金をお願いしています。

ニットカフェ「と・り・こ」

とき：毎月第1、第3火曜日10時30分～16時

ところ：貸ギャラリー「SPACE KOH」

柳沢6-1-11 042-468-8558

（西武柳沢駅南口1分）

参加費：1回1000円（コーヒー1杯付）



《問合せ先》

NPO法人「世界の子どもたちに暖かいセーターを送る会」

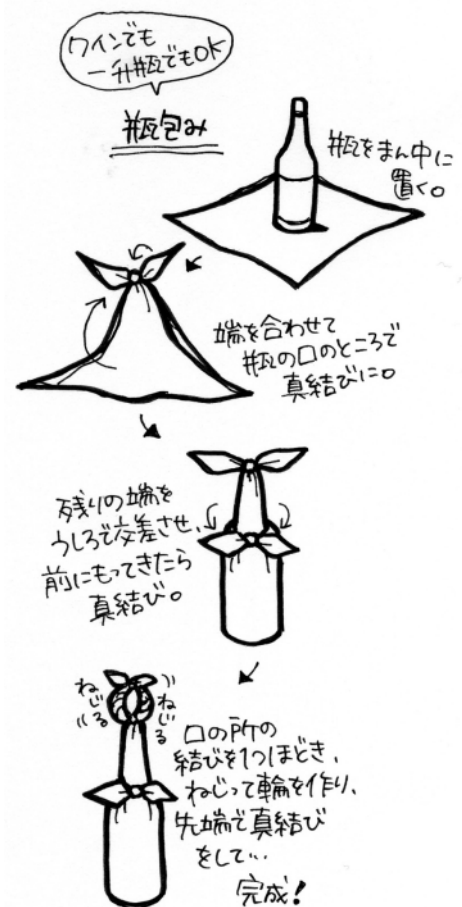
代表 小林すみ子 電話&FAX 042-462-6667



風呂敷利用法紹介 Part2

すてきなマイエコバッグ！風呂敷！

クリスマスパーティのワインやお正月のお酒などを風呂敷でおしゃれにラッピング。エコバッグとしてさりげなくプレゼントしちゃいましょう！



エコキャップの回収報告

エコプラザ西東京にエコキャップを持参頂いたみなさまへご報告いたします。

11 月中にエコプラザ西東京に集められたエコキャップは 42.2Kg になりました。

21.1 人分のポリオワクチンになります。（チャリティーリサイクル市民の会より）



エコプラザ西東京の講座・イベントのご案内

日 時	事業・講座名	場 所	定員・対象 募集期間	内容など
12月16日(水) 9:30～16:30	リサイクル講座 みんなでぽかぽか帽の 編み物	 プラザ棟2 多目的スペース	定員 20 名 18 歳以上の市内在住・ 在勤・在学の方で棒編 みができる方 11/17(火)より先着順に て受付中	余った毛糸、使い回しの毛糸を利用して 暖かい帽子を編みます。 持物:使用済などの毛糸(極太 3 玉また は並太 4 玉程度)、編み棒(玉なし棒針 8 号～10 号 4 本)、昼食 講師:エコプラザ協力員
12月19日(土) 10:00～13:00	ちくちくの会・エコプラザ西東 京共催 リサイクル手芸講座 「みんなでチクチク縫って みよう！」	 プラザ棟2 多目的スペース	定員 25 名(先着順) 市内在住・在学・在勤の 小学 4 年生以上の方 12/3(木)より先着順に て受付中	木綿の余り布を利用して手縫のクリスマ ス用 くつしたを作ります。 持物:木綿地、糸、裁縫道具、リボンや 鈴、綿などの飾り用小物 講師:エコプラザ西東京登録団体「ちくちく の会」
12月26日(土) 13:30～15:30	 リサイクルアートスペース 第 8 回 によきによきワークシ ョップ	 プラザ棟2 多目的スペース	定員 25 名(先着順) 市内在住・在学の 4 歳 ～小学 3 年生とその保 護者 12/3(木)より先着順に て受付中	さまざまなリサイクル素材を使いながら思 い思いの形を表現します。 講師:石井希代子氏 協力:武蔵野大学環境学科「レッジ」武蔵 野プロジェクト

【講座の申込み方法】

電話・FAX・Eメールにて、名前(ふりがな)・住所・電話番号・年齢(学年)と保護者のお名前を添えてお申込みください。
問合せ及び申し込み先

TEL 042-421-8585 FAX 042-421-8586 Eメール ecoplaza@city.nishitokyo.lg.jp

西東京市のホームページ <http://www.city.nishitokyo.lg.jp/>

(トップページ くらし ごみ・リサイクル エコプラザ西東京)でも詳細情報を掲載しています。

定員のある講座・イベントなどは西東京市内在住・在勤・在学の方が優先となります。

また日程や内容が若干変更となる可能性もありますのでご了承ください。

エコプラザ作品発表展からの報告

～11月14日(土)・15日(日) 西東京市民まつり会場 / 12月5日(土)・6日(日) エコプラザ西東京～

本年度、エコプラザ西東京で開催したリサイクル講座に参加された方の作品展、「エコプラザ作品発表展」を開催しました。限られたスペースにもかかわらず、多くの方々に足を運んで頂き、講座参加者の力作をご覧頂きありがとうございます。

今回は「ジーンズからバッグ」「布ぞうり」「傘からエコバッグ」「なべに帽子」の講座にご参加頂いた皆さまの作品を展示いたしました。作品をお寄せいただいた皆さまご協力ありがとうございます。

～市民まつり会場でのアンケートから～

- ・ 素材を活かす方法はとてもよいと思う。
- ・ エコ、自分もがんばります。布の良さを再認識しました。
- ・ 物の大切さと、エコに取り組むのが素敵でした。
- ・ ナベボウシが便利だなーと思いました。
- ・ 使えなくなったものを再利用するのはいいと思う。
- ・ 傘の布から袋が作れるとはびっくりでした！
- ・ 傘のカバン、ジーンズのカバン、リサイクルには見えないとてもかわかった。捨てるにはもったいない。
- ・ めんどくさいのをのりこえる努力をあとおしするおもしろい企画をいつもみています。

これからも色々なリサイクル講座を開催していく予定です。ご参加をお待ちしています。



「市民まつり会場」での様子



「エコプラザ西東京」での様子



交 通

- ・ 西武池袋線保谷駅から
はなバス第2ルート 保谷庁舎下車
- ・ 西武池袋線保谷駅から
はなバス第2ルート 保谷庁舎下車
- ・ 西武池袋線保谷駅から
はなバス第5ルート 保谷庁舎下車

- ・ 西武新宿線田無駅から
バス保谷駅・天神山行 荒井竹下車
- ・ 西武新宿線西武柳沢駅(柳沢駅通り
バス停)からバス保谷駅・天神山行
荒井竹下車
- ・ 西武新宿線東伏見駅から
はなバス第2ルート 保谷庁舎下車

休館日のお知らせ
12月21日(月)
12月29日(火)
～1月3日(日)