

## 大掃除の面倒な場所ランキング、1位はキッチン周りの頑固な汚れ！

### 簡単・時短お掃除術を専門家が紹介

#### 最も暑い夏&大型台風の影響で、今年は「エアコン・窓」掃除が必須！？

#### ★ ★ ★ 「ニュースレター2024冬の大掃除号」サマリー ★ ★ ★

- 大掃除に費やす時間が「1日以内」という回答が66.2%！簡単・時短お掃除への関心の高さが明らかに
- 今年は猛暑&台風の影響で、「エアコン・窓」の大掃除が必須！？
- 「大掃除で面倒・厄介な場所」ランキングを発表！場所別に、簡単・時短お掃除術をご紹介します
- 晴れた日は「水回り」、曇りや雨の日は「床や窓」のお掃除がおすすめ。その理由とは？
- 来年からは“年末NO掃除”！日頃の「予防掃除」とは？

【監修者】

本間朝子さん（知的家事プロデューサー）

自分自身が仕事と家事の両立に苦しんだ経験から、家事の効率化に役立つメソッド「知的家事」を考案。講演等を通じて発信を続ける。雑誌、ラジオ、TV出演、講演などでも活躍。



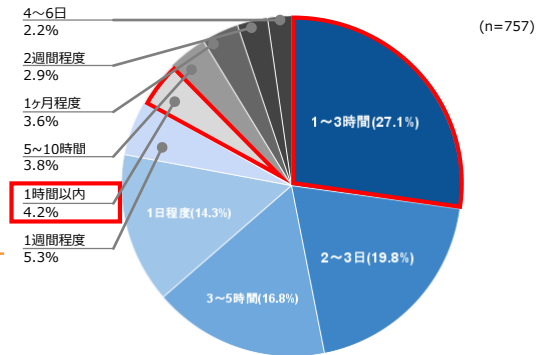
衛生用紙製品No.1ブランド※1の「エリエール」では、今年9月に大掃除に関するアンケート調査を実施したところ、大掃除における簡単・時短お掃除術への関心が多く寄せられました。

そこで今回、知的家事プロデューサーとして活躍される本間朝子さんに監修・ご協力いただき、生活者の皆さまが面倒・厄介だと感じる場所ごとに、簡単・時短でできるお掃除術や、避けるべきお掃除ポイントなどを本レターにてご紹介します。

### 簡単・時短お掃除術への関心の高さが明らかに！今年ならではの必須掃除ポイントは？

当社で今年9月に実施した「大掃除に関する調査」※2で、「大掃除をする・未定」と回答した757名（84.7%）に大掃除に費やす時間について質問したところ、「3時間以内」は31.3%、「1日以内」は66.2%という結果に。「素早く簡単に掃除するコツが知りたい」、「効率的に掃除をする方法を教えてほしい」といった簡単・時短お掃除術への関心が多く寄せられました。

Q. 大掃除にどのくらいの時間をかけますか？（単回答）



#### 本間さんからのお掃除アドバイス

##### ● 重点掃除場所を決める！

##### 今年は、猛暑&大型台風上陸→「エアコン・窓」の大掃除は必須！

今年は過去最も暑く、残暑が続いたので、よく使っていた「エアコン」は重点的に大掃除をしましょう。また、大型台風の影響で「窓・ベランダ」も例年より汚れている可能性が高いので要注意です。

##### ● 時短掃除のコツ① 大掃除は家族で楽しみながら行うチーム戦！

家族で担当を決め、お子さんや高齢の方は簡単な「拭き・掃き掃除」など、チーム戦として分担すると、各自の負担も軽減しながら大掃除ができます。「お掃除シートをどれだけ汚せるか勝負する」、「あみだくじなどゲーム感覚で掃除場所を決定する」、「掃除場所を付箋紙に書いて貼り出し、お掃除できたら剥がしていく」などの工夫をすればお子さんも楽しめるのでおすすめです。

##### ● 時短掃除のコツ② 決めた時間内に終わらせる「ほどほど掃除」でOK！

大掃除では時間を決めた上で落ちない汚れは“ほどほど”で切り上げることも大切。夢中になって汚れを落とそうとすると、ついつい時間をかけすぎてしまい、疲れてしまう原因にも。ある程度汚れを落とせば、その後は、日ごろのお掃除で十分です。

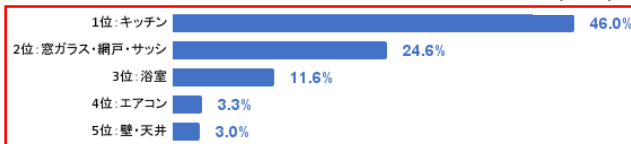
※1: インテージSRI+ ティッシュ市場、トイレットペーパー市場、キッチンペーパー市場、ペーパータオル市場の合算（2023年度メーカー別売上金額）

※2: 当社調べ 2024年9月 n=757（「大掃除をする・未定」と回答したクラブエリエール会員）

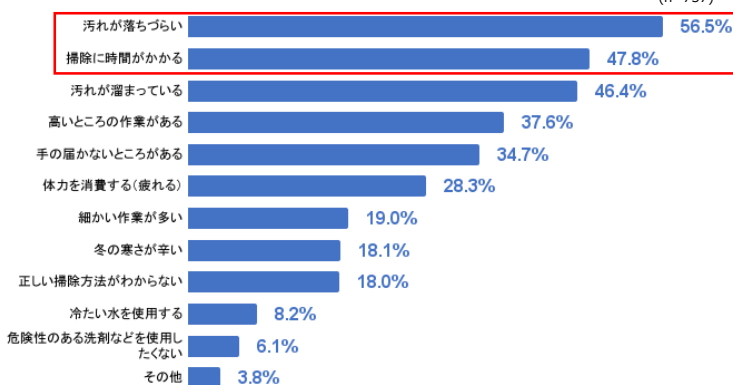
# 「大掃除で面倒・厄介な場所」ランキング！場所別に簡単・時短お掃除術をご紹介します

「大掃除で面倒・厄介だと思う場所」について調査したところ、「汚れが落ちづらい」、「掃除に時間がかかる」といった理由から、1位「キッチン」、2位「窓ガラス・網戸・サッシ」、3位「浴室」、4位「エアコン」、5位「壁・天井」という結果になりました。そこで、年末の大掃除で活用できる簡単・時短お掃除術や、避けるべきお掃除方法、おすすめグッズなどをご紹介します。

Q. 大掃除で最も面倒・厄介だと感じている場所はどこですか？(単回答)  
(n=757)



Q. 最も面倒・厄介だと思う場所について、なぜ面倒だと感じますか？(複数回答)  
(n=757)



## 本間さんからのお掃除アドバイス

年末の大掃除では、「大変なところから」順番に掃除をすることがポイント。万が一が大掃除が終わらなかった場合も、大変なところの掃除を終えてしまえば、残りは日常のお掃除でもカバーできます。「面倒・厄介だと思う場所」や、「今年ならではの理由で特に汚れている場所(エアコン・窓)」を重点的に大掃除することをおすすめします。

## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 1位：キッチン

キッチンのお掃除は汚れの種類別に簡単・時短お掃除方法をご紹介します。

### 本間さんからのお掃除アドバイス

#### 換気扇やコンロなどの油汚れ

##### ● 取り外せるパーツは、50℃のお湯と酸素系漂白剤で浸け置き

取り外せるパーツは油の融解点である50℃のお湯で浸け置きがおすすめです。ゴミ袋などにお湯を溜め、酸素系の漂白剤を入れて15～20分程度放置したら洗い流すだけで簡単にお掃除ができます。細かいパーツは、水切りネットなどに入れて縛ってから浸け置きすると、パーツを無くさず便利です！汚れが残っている場合はスポンジで擦りましょう。

⚠️ 素材がアルミの場合や表面塗装が剥けているものは酸素系漂白剤に漬けると変色・劣化することがあります。

##### ● 取り外せない場所は、キッチンペーパーなどで湿布

本体などの取り外せない場所についてしつこい汚れは、アルカリ性洗剤を吹きかけてキッチンペーパーなどで湿布し、5分ほどおくだけ。時間経過後はペーパーごと拭き取ってお掃除完了です！

⚠️ アルカリ性洗剤を使用した後は、水拭きや乾拭きが必要です。

⚠️ 目線より上にはスプレーをしないでください。

##### ● 湿布が難しい場所は、キッチン用のお掃除シートを活用

軽い油汚れや、湿布が難しい場所は、お掃除シートでの拭き掃除をおすすめします。お掃除シートの良いところは、掃除後に水拭きや乾拭きをする二度手間が省けること。また、電子レンジや壁などキッチン周り全体をあちこち“ついでに掃除”がしやすいところです。

『キレイラ！キッチンクリーナー 徹底キレイ おそうじシート 捨てるだけで生ゴミ消臭』なら、捨てる  
と本当に生ゴミの匂いが消えるので私も愛用しています。



キッチン用のお掃除シートでの拭き掃除



## コンロなどの焦げ汚れ

### ●焦げつきは丸めたラップで擦る

ラップはクレンザーを吸収せずに掃除できる便利グッズです！

焦げついた場所にクリームクレンザーを垂らして、くしゃくしゃに丸めたラップでぐるぐると擦ると焦げを落とすことができます。

### 避けるべきお掃除方法

#### ●ゴシゴシ研磨はNG！普段からこまめにお掃除を

焦げつきを落とすために擦る際に固いものでゴシゴシ研磨してしまうと、コンロを傷つけてしまう可能性も。

普段から、汚れたらお掃除シートなどでこまめにお掃除することがおすすめです。

## シンクや排水口などの水回り

### ●水垢には湿布法

水200ccに小さじ1杯のクエン酸粉末を溶かしたクエン酸スプレーを水垢に吹きかけます。

キッチンペーパーなどで湿布したらその上からもう一度スプレーをして、10分ほど置いてから擦ると汚れが落ちやすいです。（クエン酸スプレーは、ご自身で作らなくても100円ショップなどで手に入ります。）

⚠クエン酸水はサビの原因になりますので、最後にしっかりすすぎましょう。

### ●ぬめり汚れは浸け置き

ぬめり汚れは、細かいパーツをビニール袋に入れ、塩素系の漂白剤を吹きかけて5分ほど密着させて浸け置きをしましょう。

⚠塩素系洗剤（または漂白剤）と酸性製品は混ぜると危険です。取り扱いには注意してください。（クエン酸スプレーも酸性製品です）

### ●排水口ネットを替える際のついでに掃除

軽い汚れは、食器用洗剤を使ったお掃除で十分キレイになります。普段から、排水口ネットを取り替える際、新しいネットに洗剤をつけてシンクをお掃除してから受けカゴに装着すると、汚れが溜まらず手間も少ないのでおすすめです。

また、お湯を沸かした際に、冷めてぬめりになった残り湯をシンクに流すことで日々の簡単ケアに。

### 避けるべきお掃除方法

#### ●熱湯をかけるのはNG

排水口は、「熱湯をかけて掃除をする」という方もいますが、排水管の耐熱温度が60℃なので傷んでしまう可能性があり、注意が必要です。40～50℃程度のぬるま湯をかけるようにしましょう。

#### ●硬いタワシでゴシゴシすると、傷ついて余計に汚れが溜まる可能性も

タワシやブラシなどでゴシゴシ擦るお掃除は、シンクを傷つけてしまい、その傷に汚れが入って落ちづらくなってしまいうるため、注意が必要です。



キッチン周りの湿布法

## 【キッチン周り】おすすめ掃除グッズ

### お掃除シート：「**キレイラ！キッチンクリーナー 徹底キレイ おそうじシート 捨てるだけで生ゴミ消臭**」

#### シート1枚で2役！“キレイ”と“生ゴミ消臭”が叶う！

- ・拭き掃除後のシートを、生ゴミを捨てるゴミ袋と一緒に密閉し、ゴミ箱に捨てるだけで“生ゴミの悪臭”を抑制。
- ・界面活性剤入りの薬液と汚れをかきとる独自の凸凹（ひし形&ひょうたんエンボス）シートを採用。



### お掃除シート：「**キレイラ！キッチンクリーナー 徹底キレイ おそうじシート**」

#### 油汚れをしっかりと落とし、菌やウイルスまで除去！

- ・界面活性剤入りの薬液と汚れをかきとる独自の凸凹（ひし形&ひょうたんエンボス）シートを採用。
- ・キッチン空間に香りを残さない無香性。



### キッチンタオル：「**エリエール 超吸収キッチンタオル シートタイプ**」

#### 片手でサッと取り出せる！シートタイプのキッチンタオル

- ・シートの柔らかさが60%アップ※3！食材にしなやかにフィットし、食材の凹凸や隙間の水・油もしっかり吸収します。
- ・当社独自開発のエンボス（表面の凹凸）でしっかり吸収。

※3:当社従来品比（当社調べ）



## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 2位：窓ガラス・網戸・サッシ

### 本間さんからのお掃除アドバイス



窓周りは汚れがひどい網戸→窓ガラス→サッシの順番でお掃除をするのがおすすめです。

#### 網戸

網戸は、フロアワイパーを短くして床拭き用のウエットシートをセットし、汚れの少ない部屋の中側から拭き掃除をすると手軽に掃除ができます。網戸掃除の際、室内に汚れを入れないように部屋の外側を掃除する時は窓を閉めてお掃除しましょう。



フロアワイパーを使用した網戸の拭き掃除

#### 窓ガラス

部屋の中側から掃除すると、汚れが落ちているか確認しづらいので外側→中側の順番でお掃除をしましょう。

濡らしたものと乾いたものの2種類のマイクロファイバークロスを用意。濡れているクロスでコの字型に窓ガラスを拭いた後すぐに乾いたクロスで同じように拭き上げます。洗剤を使わなくても簡単にキレイにできます。

#### サッシ

100円ショップなどに売っているサッシブラシや掃除機のブラシノズルで砂やホコリをかき出してから水拭きします。サッシブラシの持ち手部分がへら状になっていれば、こちらに床拭き用のウエットシートを巻き付けて拭き掃除をすると簡単にお掃除ができます。ない場合には、割り箸や定規でも代用可能です。

#### 避けるべきお掃除方法

泥汚れになってしまうと掃除が大変になってしまうので、はじめから水を使用したお掃除は避けましょう。

### 【窓ガラス・網戸・サッシ】おすすめ掃除グッズ

#### お掃除グッズ：「**キレイキレイ！ワイパー 徹底キレイ 本体**」

天井や窓にも使用可能で、掃除機では届きにくい部屋の角・隅までホコリも汚れもしっかり落とす！

- ・小回りがきく全面捕集の徹底キャッチヘッドを採用。
- ・汚れがちなヘッド裏も外せて洗える清潔設計。



#### お掃除シート：「**キレイキレイ！ワイパー 徹底キレイ ウエットシート**」

気になる汚れ、菌やウイルスまで除去。3層構造でウエット感長持ち！

- ・シート全面で汚れを徹底キャッチ！汚れをかきとる立体凸凹シート。
- ・除菌99.9%※4、ウイルス除去※4※5、24時間抗菌※4※6機能付き。

※4:特定の菌（及びウイルス）・条件下で試験。すべての菌・ウイルスに同様の効果が得られるものではありません。

※5:エンベロプタイプのウイルス1種で効果を検証。ウイルス除去は液が多い状態で行ってください。 ※6:一般的なフローリング材を抗菌



#### お掃除シート：「**キレイキレイ！ワイパー 徹底キレイ ウエットシート ダニよけPlus**」

シート1枚の簡単拭き掃除でキレイと防ダニ※7が叶う！

- ・ダニが嫌がる成分を配合し、防ダニ効果を発揮。日々の拭き掃除でダニ対策ができます。
- ・3層構造でウエット感長持ち！たっぷり水分がお掃除の最後まで続きます。

※7:屋内塵性ダニ類による検証。一般的なフローリング材への忌避効果。



## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 3位：浴室



### 本間さんからのお掃除アドバイス

#### ● 白く浮き出た汚れにはクエン酸

浴室で見かける白いカリカリした汚れは石けんカスです。クエン酸スプレーを吹きかけて20分ほど置いてからスポンジで擦ります。少し時間を置くことで汚れが格段に落ちやすくなります。

#### ● しつこいカビ掃除には湿布法

カビ掃除をする際は、カビ取り剤を吹きかけ、キッチンペーパーなどで5分ほど密着させる湿布法を行うと、カビが落ちやすくなります。

⚠️ 塩素系洗剤（または漂白剤）とクエン酸スプレーは混ぜると危険です。取り扱いには注意してください。

#### ● 壁や天井にはお掃除シートを活用

掃除が難しい壁や天井は、防カビ成分入りのお掃除シートで簡単に掃除と予防ができます。高い場所は、フロアワイパーに『キレイキ！バスルームクリーナー 徹底キレイ ウエットシート』を付けるとラクなので、高齢の親にもおすすめしています！普段見落としがちな天井ですが、カビの胞子が付いていると壁などのカビ汚れにもつながるので必ずお掃除するようにしましょう！普段から、月に1回程度のお掃除がおすすめです。

#### 避けるべきお掃除方法

カビ取り剤は濡れているところに使用すると効果が低下！乾いた状態、もしくは水気を拭き取ってから使用しましょう。



浴室での湿布法



お掃除シートで浴室の天井掃除

### 【浴室】おすすめ掃除グッズ

#### お掃除シート：「キレイキ！バスルームクリーナー 徹底キレイ ウエットシート」

スポンジ・洗剤いらず、シート1枚で浴室中の防カビ<sup>※8</sup> & 99.9%除菌<sup>※9</sup>を実現

- ・防カビ効果 & 99.9%除菌！3層構造の厚手ウエットシートで汚れをしっかりと落とす。
- ・ワイパーに取り付けて、天井 & 壁の高いところも安全にお掃除ができる。

※8：一般的な繊維強化プラスチックを防カビ

※9：特定の菌・条件下で試験。すべての菌に同様の効果が得られるものではありません。



## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 4位：エアコン

### 本間さんからのお掃除アドバイス

エアコンの内部掃除は機器の損傷につながる恐れがあるので、「外側」や「フィルター」掃除をしっかりと行いましょう！

#### ● 上部やフィルターに溜まったホコリを取り除く

エアコンの上部や側面に溜まったホコリは柄の長いハンディモップでお掃除をしましょう。また、フィルターのホコリは掃除機で吸い取るか、床拭き用のドライシートを手で持って取り除きます。

#### ● フィルター掃除は掃除の“向き”に注意

掃除機でホコリを吸い取ったら、フィルターを取り外して水洗いをしましょう。フィルターには目があるので、掃除機の場合は表面から吸引し、水洗いの際は裏面から水を流しましょう。逆にすると目が詰まってしまうので要注意。また、フィルターがベタついている際は食器用洗剤で洗い流してもOKです。ただし、水洗いの場合にはしっかりと干して乾かしてから戻すように気をつけましょう。



エアコンの拭き掃除

### 【エアコン】おすすめ掃除グッズ

#### お掃除シート：「キレイキ！ワイパー 徹底キレイ ドライシート」

掃除機代わりに！部屋中のホコリ、髪の毛、極小汚れまでサッと絡め取る！

- ・両面使える立体3層構造で、長持ちする捕集力。
- ・2つのエンボスパターンが細かい凸凹がチリやホコリ、髪の毛をキャッチし、掃除機では届きにくい角・隅まで絡めとる。



## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 5位：壁・天井

### 本間さんからのお掃除アドバイス

ホコリが落ちてしまうので、天井→壁→床の順番でお掃除をしましょう。天井を掃除する際は、ホコリが舞ってしまう可能性があるため、下を新聞紙などでしっかりカバーしてお掃除することをおすすめします。

#### ●お掃除シートで簡単掃除

天井や壁の掃除には床拭き用ドライシートをフロアワイパーに付けて拭き掃除がおすすめです。特に四隅には汚れが溜まっているので、しっかりと掃除しましょう。汚れがひどい場所は、床拭き用のウエットシートを使用した拭き掃除も効果的です。

#### 避けるべきお掃除方法

耐水性がない壁紙への水拭きはNG。少量の水を壁紙に付けて、水を吸うようなら洗剤の使用は避けたほうが良いでしょう。



お掃除シートで天井掃除

## 大掃除で面倒・厄介な場所ランキング 番外編：トイレ

### 本間さんからのお掃除アドバイス

今年、猛暑による高温多湿でカビが生えやすかったトイレは重点的に掃除をしましょう。

#### ●便器のしつこい汚れには湿布法

トイレットペーパーを便器内に張り巡らせて、トイレ用洗剤を吹きかけ3分ほど湿布。その後、ペーパーをトイレブラシで水溜りに落として擦り掃除すれば手軽にキレイにできます。便器内に黄ばみや黒ずみがある場合は酸性洗剤での湿布も効果的です。

#### ●壁や床はトイレクリーナーで拭き掃除

床や壁などは、トイレクリーナーでの拭き掃除がベスト！特に床には飛び散った尿汚れもあるので、汚れを広げないようにトイレクリーナーで床を拭いてから掃除機をかけましょう。

#### 避けるべきお掃除方法

長時間の浸け置きや、乾いた布やアルコールでの拭き掃除は、便座や蓋などプラスチック部分の傷みにつながるので気をつけましょう。



トイレクリーナーで壁や床の拭き掃除

## 【トイレ】おすすめ掃除グッズ

### お掃除シート：「キレイラ！トイレクリーナー 1枚で徹底おそうじシート」

#### ゴシゴシ拭いても破れにくい！とっても丈夫なトイレクリーナー

- ・世界初技術※10極細「ナノ繊維（セルロースナノファイバー）」入りシートで高い表面強度を実現。
- ・除菌99.9%※11、ウイルス除去※11※12、消臭※13、24時間抗菌・防臭※11 ※14での4つの機能でお掃除ができる。

※10: トイレ用ペーパークリーナーにセルロースナノファイバーを配合する技術。Mintel社データベース内2017年5月大王製紙調べ。

※11: 特定の菌（及びウイルス）・条件下で試験。すべての菌・ウイルスに同様の効果が得られるものではありません。

※12: エンベロープタイプのウイルス1種で効果を検証。液が多い状態でご使用ください。

※13: 大王製紙調べ、検知管法。※14: 一般的なタイル材を抗菌。



## 冬の天気別おすすめ掃除場所やお掃除術は？

大掃除をする際にぜひ注目してほしい天気別のおすすめ掃除場所やお掃除方法をご紹介します。

### “冬の晴れた日”におすすめのお掃除 ☀

#### 本間さんからの掃除アドバイス

冬の晴れた日は、カラッとしていて水気が飛びやすいので、浴室や洗面などの水回り、フローリングなどの水拭きがおすすめです！クローゼットや靴箱などの収納スペースの拭き掃除も、湿気が溜まらず乾きやすい晴れた日が最適。また、カーテンやカバーなどの大きなものの洗濯も大掃除とまとめて晴れた日に行いましょう。



### “冬の曇りや雨の日”におすすめのお掃除 ☁

#### 本間さんからの掃除アドバイス

曇りや雨の日は、湿気が多く、ホコリが立ちづらいので、玄関や床の掃き掃除がおすすめです。また、窓掃除は曇りの日の方が水気が乾きにくく拭き跡が残りにくいので、晴れの日よりもキレイに掃除ができます。雨の日には、デッキブラシなどでのベランダ掃除も最適です。小雨の日を狙ってぜひお掃除してみてください。



## 来年からは「年末NO掃除」、日頃から「予防掃除」を意識しよう

#### 本間さんからの掃除アドバイス

大掃除後は、日頃から家が汚れないように「予防掃除」を行うことで、年末の大掃除が不要になります。

#### 予防掃除のポイント

- 生活動線の見えるところにフロアワイパーやウエットシートなどのお掃除グッズを置いてこまめに掃除することが大切。特にキッチンの床などは皮脂汚れや油汚れがついているので、落ちづらくなる前に拭き掃除をしましょう。
- 料理するときに換気扇を前後5分間長くかけておくことで、空気の流れができて油煙が排出されやすくなります。
- エアコンは使用後に1時間くらい送風しておくことで内部のカビ予防につながります。
- 浴室は、お風呂に入った後、50℃のシャワーをかけると予防掃除に。水をかけてしまうとカビが生えやすくなるので気をつけましょう。



# 拭き掃除ブランド「キレキラ®！」とは

新しい拭き掃除スタイルを提案する、拭き掃除ブランド「キレキラ！」。

“キレイを気楽（キラク）に。”というブランド名称に込められた想いの通り、シート1枚で拭きたての気持ち良さが毎日の当たり前になるよう、「キレキラ！」では皆さまに快適なお掃除環境をお届けします。

これまでの常識を変え、毎日、気軽に気兼ねなく！を叶える、新しい拭き掃除スタイルをご体感ください。

商品ラインナップ：<https://www.elleair.jp/kirekira/>

お役立ち情報：[https://www.elleair.jp/kirekira/useful\\_info/](https://www.elleair.jp/kirekira/useful_info/)



キレキラ！トイレクリーナー  
1枚で徹底おそうじシート  
クリーンフローラル



キレキラ！ワイパー  
徹底キレイ 本体



キレキラ！ワイパー  
徹底キレイ ウエットシート



キレキラ！ワイパー  
徹底キレイ ドライシート



キレキラ！  
バスルームクリーナー  
徹底キレイ ウエットシート



キレキラ！キッチンクリーナー  
徹底キレイ おそうじシート



キレキラ！キッチンクリーナー  
徹底キレイ おそうじシート  
捨てるだけで生ゴミ消臭

## エリエール公式HPやSNSで「お役立ち情報」を発信中！

エリエール公式HP (<https://www.elleair.jp>) およびエリエール公式SNS (X/Instagram/TikTok) では生活に役立つ情報をお届けする「お役立ち情報」を展開中。

▶ [エリエール公式 X](#) (@elleairofficial) ▶ [エリエール公式 Instagram](#) (@elleairofficial) ▶ [エリエール公式 TikTok](#) (@elleairofficial)

お掃除に関するお役立ち情報も発信しています。

- ・[蛇口の水が出る所のお掃除方法は？水垢・黒カビを落として清潔に](#)
- ・[今年の大掃除は手軽に！家中ちょこっと掃除術を紹介](#)
- ・[毎日のお風呂掃除のやり方をご紹介！「キレキラ」で浴室をピカピカに](#)
- ・[お掃除＆生ゴミ消臭！一石二鳥の「キレキラ！キッチンクリーナー 捨てるだけで生ゴミ消臭」](#)

