

梅雨の季節

新元号になってから早一ヶ月が過ぎ、気がつけば6月...！

6月といえば梅雨の季節ですね！

今年の梅雨は、あまり雨が降らなかったような記憶があります。

今年はどうなんでしょうか(>_<:)

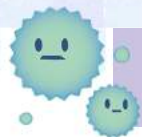
梅雨の季節に気をつけたい事といえば、

やはり雨漏りや湿気によるカビなどではないでしょうか？

カビは湿度25～30℃、湿度70%以上になると急激に発生しやすくなり、

梅雨の時期にカビの発生率が高くなるのは高湿度によるもの！

それでは、どのように対策をしたらよいのでしょうか？



カビ対策のポイント



①雨天時以外の日は窓をあけて換気を行いましょ！

カビ菌は湿度が60%以下になるとほとんど活動ができなくなります。

湿気のたまり場になりやすい「キッチン、シンク下、押し入れ」なども、扉を開放して換気をすることが大切です。

②こまめな掃除を心がけましょ！

カビの栄養分は「ホコリ、ダニ、汚れ、食べカス」などです。

室内を快適で清潔にするための掃除を行うだけで、

カビ対策にも繋がります！

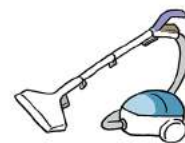
③除湿剤や除湿器などを有効に活用しましょ！

部屋干しが多くなってしまいう梅雨時期には特にオススメです。

～カビの胞子もまき散らさない！～

カビが増殖しない環境をつくることも大切ですが、カビの胞子をまき散らさないことも重要です！

- ・掃除機フィルターのごみ捨てをこまめに行う。
- ・しばらく使用していない部屋は雑巾がけから始める。
- ・エアコンを久しぶりに使用する場合はフィルターやエアコン内部を洗浄する。(フィルター掃除もこまめに行うと良いでしょう。)
- ・エアコン内部の洗浄ができない場合は窓を開け送風運転で、内部のカビを追い出す。





サーモンのシーザーサラダ

調理時間
約15分

材料(2人分)

サーモン
玉ねぎ
リーフレタス
トマト

★(ドレッシング)

マヨネーズ	大さじ3
牛乳	大さじ4
レモン汁	大さじ1/2
にんにく(チューブ)	大さじ1/2
粉チーズ	大さじ1
ブラックペッパー	少々

『作り方』

- ①玉ねぎは薄切りにして水にさらしておきます。
- ②サーモンは薄切りにします。
- ③フリーレタスはひと口大にちぎります。
- ④ボウルに水気を切った玉ねぎと②③を混ぜて器に盛りつけます。
- ⑤★を混ぜ合わせてサラダにかければ完成!

ちよい付け足して
美味しさUP!!

簡単クルトンの作り方

- ①食パンを7cmの大きさに角切りし、オーブン用のシートに広げます。
- ②ラップをかけず電子レンジで2分30秒(600W)で加熱します。
(水分が抜けてカリッとした状態になればOK!)
- ③そのまま冷やせば出来上がり♪



地域の子供たちに展示場を開放します



- 今日はどこで遊ばせようかな、たまには別のところで気分転換したい！
雨が降ると遊ぶところが無い...。
- 毎日お子さまと一緒にいると、日中過ごせる場所に悩んでしまうことがありますよね！そんな時、気軽にプライムホームのキッズルームに遊びに来ませんか？
- ☆開放日.. 毎週火曜日・木曜日(火・木が祭日の場合はご利用できません。)
 - ☆開放時間.. 10:00~12:00
 - ☆お約束.. お飲み物はご自由にお持ちください。食べ物のお持込はお断りします。