

朝準備の時短を習慣づけて

朝のバタバタ解消術

住まいの快適レポート

朝食準備に掃除、子供の世話に自分の身支度……。毎朝慌ただしい時間を送っていませんか？ 朝準備の時短を習慣づけて、ゆとりある1日をスタート！

朝のバタバタは準備不足が要因!?
これだけはやっておきたい、時短テク！

朝食セットをまとめる

・冷蔵庫内

たとえばパン食なら、バターやジャムなど朝食に必要なものをトレイなどにまとめて収納。朝、トレイを取り出すだけで無駄な動きを解消。



・食器棚

同様に朝食で使用するカトラリーはカゴなどに入れ、その近くに食器類もまとめて置くようにしましょう。

朝準備の時短は夜習慣が大切！

・全身コーディネート

朝のバタバタで、もっとも多いのが服装の悩み。前日の夜に、洋服、バッグ、靴、アクセサリなどの全身コーディネートを決めてしまいましょう。翌日の天候チェックも忘れずに。



・バッグの中身チェック

全身コーディネートで決めたバッグに、翌朝必要なものをすべてイン。朝、鍵がない、定期がないなどあたふたせずスマートに行動。

・食事の下準備

味噌汁の具材にする野菜のカットや出汁取りなど、前日に行っても問題ない食材の下準備を行いましょう。



・ゴミは玄関に

翌朝出すゴミは、夜のうちにまとめて玄関に置いておきましょう。出かけるときに、スムーズにゴミ出しを。

朝掃除の手抜きテク

・掃除箇所は1箇所に

曜日別でリビング、トイレなど1箇所に絞っておけば気が楽です。トイレ掃除の日は、前日の夜のうちに、便座カバーなどをはずしておくなど、ほんの些細な作業が時短につながります。

・使い捨てウェットシート

時間のない朝は、雑巾を洗う手間も省略したい。そんな方は、拭き掃除に使い捨てウェットシートの利用もおすすめ。



オススメ商品
SATIS(サティス)

忙しい朝に真価を発揮するタンクレストイレ！



©株式会社LIXIL

タンクがないトイレは、朝、家族が連続でトイレを使う時でも、タンクに水をためる時間を待つ必要がありません。タンクレストイレ〈サティス〉は、臭いや汚れを軽減する機能も満載。家族みんなが使うトイレだからこそ、朝から快適に！



【ラクふきフォルム】

凹凸がなくつるつるとしているので、汚れもサッと拭き取れ、朝のお掃除もラクラク。(サティスGタイプ)



【エアシールド脱臭】

便器鉢内に気流を発生、循環させて、くまなく強力に脱臭。朝の連続使用時も臭いを気にせず快適に！

商品のお問合せは…



(有)高建ハウジング西インター営業所
福島市成川字上谷地64-6
024-572-7020
<http://www.kouken-housing.jp>
kenichi@kouken.arrow.jp