



イラストレーション/アタフタグラフィックス



時間をかけずにおしゃれに変身!

簡単ヘアアレンジ

普段はナチュラルヘアでも、お出かけのときには華やかに見せたいもの。髪に少し手を加えるだけでおしゃれに若々しくなり、気分もぐっと上がります。特別なアイテムもテクも不要、時間をかけずに誰でもできる簡単ヘアアレンジを紹介します。

眠っている間に巻き髪ができる ソックスカール

いらない靴下を活用して髪を巻いて、一晩寝るだけで、翌朝くると華やかなカールに。手間いらずで忙しい朝も大助かり。ヘアアイロンなど熱を使わないので髪が傷まず、お子さまにもおすすめ。



- 1 いらない靴下のつま先部分を切る。ハイソックスは巻きにくいので、短めの靴下や紳士用の薄手の靴下を使用。
- 2 切ったほうの端に親指を入れて、内側から外側へとくるくる巻いていき、ドーナツのような輪状にする。
- 3 髪をポニーテールのように結び、クセがつきやすくなるよう、スタイリング剤や水を軽くスプレーする。
- 4 そのまま靴下を回すようにして、髪の毛を巻き込んでいく。髪の毛がゆるまないよう時々ひっぱりながら巻くのがコツ。
- 5 ②の靴下の輪のなかに、結んだ髪の毛を入れ、先端を靴下にしっかり巻きつける。
- 6 お団子ヘアとしても完成!

②の靴下の輪のなかに、結んだ髪の毛を入れ、先端を靴下にしっかり巻きつける。

お団子ヘアとしても完成!

髪が偏らないように輪全体に巻きつけながら根元まで巻いてお団子状にしたら完成。そのまま就寝を。

- 7 できあがり! 翌朝靴下を取るとくるくるの巻き髪に。手ぐして全体を整え、毛束をねじるなど好みでスタイリングして。

ニュアンスあるまとめ髪に くるりんぱ

毛先をくるっとひっくり返して立体的な表情を加える“くるりんぱ”で、いつものハーフアップやまとめ髪が一気におしゃれに。“ソックスカール”などで髪にクセをつけておくとさらに見映えます。



- 1 髪をゴムで結ぶ。毛束にワックスなどをつけると◎。
- 2 結んだ髪を少しゆるめてから、2つに分けて隙間をつくる。
- 3 隙間に毛束をくぐらせる。隙間の下から指を出して毛束を引き入れると簡単。
- 4 通した毛束を2つに分けて左右に引っ張り、根元を締める。

アレンジ1 “くるりんぱ”を複数重ねてさらにおしゃれに

- 1 ①の毛束も入れて結び、“くるりんぱ”をもう1つつくる。
- 2 耳から上の髪の毛を結び、“くるりんぱ”をつくる。
- 3 残った髪をまとめ、結び目をパレットなどで飾る。

アレンジ2 少量の“くるりんぱ”で編み込み風に

トップから少量ずつ髪をまとめて連続で“くるりんぱ”をつくっていく。毛先は結んで内側へ入れ込み、ピンで留めてアップヘアに。

短めの髪はブロック分けすると◎

2~4つのブロックに分けた髪を長めの靴下(カット不要)に巻きつけ、靴下の両端を結んで固定してもOK。髪の量の多い人、硬い髪質の人にもおすすめ。



結び髪のセンスアップのコツ

あか抜けるには結び目を隠す!

ヘアゴムを隠すだけでおしゃれ度がアップします。やり方は、結んだ毛束の下側の毛を少し取ってねじりながらゴムに巻きつけ、最後は毛先から1~2cmの部分をピンで留めるだけ。半透明で目立ちにくい「シリコンゴム」を使うのも手。





サニクリーン商品を徹底検証

使ってみたら 「イイ」発見!

サニエルと
編集部員Mが
ナビゲート

今回の
Pick Up
商品

「レンジフードフィルター」



不燃性のガラス繊維製レンジフード用フィルター。特許取得の高密度・3層構造で油をしっかりとキャッチし、換気扇内を油汚れから守ります。

ナビゲーター



サニエル

サニクリーンの公式キャラクター。自然や街をキレイにすることが得意。



編集部員M

「サニスマイル」の編集担当者。何事も徹底的に調べたい性分。

「サニスマイル」編集部員が様々なサニクリーン商品を実際に使ってみて発見した魅力の数々を徹底的に検証し、その理由に迫ります。

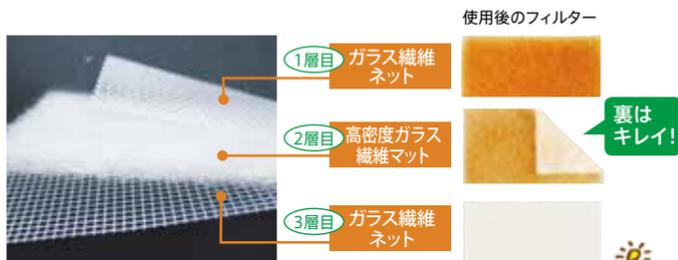
使ってみると
発見! 実際にフィルターを使ってみたら、
換気扇内のベタつきが少なくて驚き!



きめ細かいガラス繊維を使った3層構造だから、油をしっかりとキャッチするよ!

サニクリーンの「レンジフードフィルター」は、高密度のガラス繊維マットをガラス繊維ネットで挟んだ独自の3層構造(特許取得)だから、油汚れをしっかりと捕まえて、フィルター裏側への浸透も防いでくれるよ。

サニクリーンオリジナルの3層構造 <特許第3710092号>



2層目のきめの細かいマットが
しっかり油をとるんだ

油をキャッチしつつ、適切な通気性も維持!

●通気性の目安 ※パスカル=Pa.圧力などの目安となる単位

5パスカル以下	ゴミや油が通り抜けやすくなる
5~20パスカル	ゴミや油が通り抜けにくく、換気扇への負担が少ない サニクリーンの「レンジフードフィルター」 新品時:約13パスカル 油付着時:約17パスカル
20パスカル以上	換気扇に負担がかかってしまう

※通気性の目安は、一般的な換気扇を考慮したサニクリーン独自の目安であり、全ての換気扇に負担を掛けないわけではありません。

絶妙な
バランスで
設計されて
いるのね

使ってみると
発見! 調理中に炎が上がっても、
フィルターは燃えにくいから安心!



不燃性のガラス繊維製だから燃えにくいよ!

市販のポリエステル製フィルターは、炎が当たると簡単に燃えて穴があくけど、サニクリーンのガラス繊維製フィルターは燃えにくくて安心。さらにフィルターの縁には、破れにくさと不燃性を考えてアルミを採用!



フィルターと縁を縫合している繊維は消防服に使われる素材なんだよ!

細部にまで
こだわって
いるのね!

使ってみると
発見! ついつい忘れがちな
フィルター交換も
お任せできて便利ね!



レンタル商品だから
定期交換に来てくれるよ!

汚れたままのフィルターを使用し続けていると、フィルターに付着した油に引火したり、排気ダクト内を汚したりする場合も。レンタルなら交換忘れがないから清潔&安心!



大助かりね!

使ってみると
発見! サイズが合うか
心配だったけど
ピッタリだったわ!



いろんなサイズや型の
レンジフードに使えるよ!

様々なタイプのレンジフードに対応できるように、幅広いサイズを揃えているよ!

お客さま係に
ぜひ相談して
みてね!



※誌面で紹介している商品は、一部取り扱いのない地域もございます。詳しくはお客さま係におたずねください。

お客さま
interview

お宅訪問 私も使っています!

サニクリーングッズを愛用されているお宅を訪問。その活用方法をうかがいました。



愛犬のヘンリーちゃんと出口様。毎日「ネオフリーボーR」を片手にヘンリーちゃんのお世話をしています。

福岡県春日市 出口 紀子 様



①玄関の出入口にはサニクリーンの「サニマット フルーフ」、散歩から帰ってきたヘンリーちゃんの足元の汚れをキャッチ! ②「ネオフリーボーR」で高いところも頻りに掃除をするのだそう。小さな置物の間だって簡単に掃除できます。③「サニアクア C-LIFE」も毎日のマストアイテム。ヘンリーちゃんの飲料水にも使用しているとか。

愛犬との生活に、サニクリーングッズは欠かせません!

主人も私も犬が大好きで、家族のように一緒に暮らしています。今一緒に生活をしているのはヘンリーというビーグル犬で、とてもおとなしくていい子なんです。毛がすぐ抜けるので、サニクリーンさんのマットやモップがあって本当に助かっています。サニクリーンさんとはもう20年以上のお付き合いになるんですよ。犬の毛は部屋の上のほうにも舞ってしまうので、

電気の傘の上やエアコンの上までしっかり届く「ネオフリーボーR」もとても役立っています。軽いし、角度も自由自在なので気に入っています。あと浄水器の「サニアクア C-LIFE」のおかげで、料理やコーヒーがおいしくなりましたね。水を買う面倒もなくなりましたし、カートリッジの交換も管理してもらえて大助かり! これからも使い続けていきたいです。

サニフレンドさん
interview

全国各地のサニフレンドさんに 直撃インタビュー!

仕事のことや、
お客さまとのエピソードなどを
お聞きしました!

サニクリーン甲信越 上田営業所
フレンド歴 6ヵ月
おさき めぐみ
尾崎 恵 さん



この仕事を選んだ理由は?

もともと「レンジフードフィルター」愛用のいちユーザーだったのですが、担当の方が退職することになり「代わりにやってみない?」と声をかけてもらったんです。営業の仕事は初めてで不安でしたが、始めてみると人と接する仕事は楽しくて「この人にはこういう話し方や話題を提供するのがいいかな」などという工夫しながら日々やりがいを感じています。

おすすめしたいサニクリーン商品は?

何といってもモップ類ですね。モップのユーザーさんが多いので勉強のために使い始めたところ、すごくよくてビックリ! サッと取り出して掃除ができる手軽さで、床を傷つける心配もなく、掃除機が入らないベッド下の隙間や家具と壁の間などもキレイにできます。掃除機の出番が減ったぶん、電気代も少し下がってお得気分です(笑)。

※誌面で紹介している商品は、一部取り扱いのない地域もございます。詳しくはお客さま係におたずねください。

『おそうじマイスター』とは

サニクリーンでは、「おそうじマイスター制度」を採用し、お掃除の正しい知識やノウハウを有する社員を養成中。その中で実施される研修や試験に合格した者だけに『おそうじマイスター』の称号が与えられます。



『おそうじマイスター』よしだ だい き
営業サポート本部 CSS部 吉田 大毅

お客さまの声にしっかりと耳を傾け、最適な提案をすることがモットー。幅広い知識をもち、お客さまに何でも相談される営業社員を目指し、日々勉強中!

クイズで学ぶ おそうじ術

あなたのお掃除力アップのために、お掃除のプロ『おそうじマイスター』がとっておきのノウハウや裏技をクイズ形式でアドバイス! 毎回3つのクイズに答えるだけで、あなたもいつの間にか“おそうじの達人”になれるかも!?

Q1 フローリングのワックスをかけるのに適した日は?

- A 晴れた日
- B 曇りの日
- C 雨の日

ワックスがけは時間に余裕をもって

フローリングのワックスがけは天気の良い日に行いましょう。天気が良いとワックスの乾燥も早く、時間に余裕をもって作業ができます。風が強い日はゴミやホコリが飛んできてワックスに付着することがあるので要注意。曇りや雨の日は乾燥に時間がかかるためワックスがけには適しません。



よって・・・答えは

A

Q2 カーペットの油性のシミを取るのに適さないものは?

- A 漂白剤
- B アルコール
- C ベンジン(除光液)

汚れを広げずに落としましょう

油性のシミは油となじむアルコールやベンジン、除光液などの溶剤を使って落としましょう。キレイなタオルにアルコールやベンジンを染み込ませ、外側から中心に向かって軽くたたきように汚れをタオルに移します。その後、固くしぼったタオルで溶剤を拭き取りましょう。漂白剤はカーペットの変色をまねいてしまうため、使用は避けましょう。



よって・・・答えは

A

Q3 浴室の床の黒ずみを落とすのに適したものは?

- A お酢
- B 重曹
- C クレンザー

水あかは湿布法で時間をかけて

浴室の床の黒ずみは水分を放置したために水あかや皮脂汚れなどが堆積したものです。お風呂用洗剤で落ちない状態ならお酢で落とします。通常の掃除の後、床を乾かしてから黒ずんだ部分にティッシュを敷き、スプレーボトルに詰め替えたお酢をたっぷり吹きかけたらラップをかけて2~3時間放置し、スポンジでこすります。クレンザーはプラスチック系の床を傷めることがあるため、避けましょう。

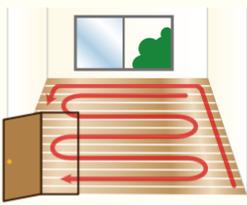


よって・・・答えは

A

事前の準備が大切

フローリングに効率よくワックスをかけるには、事前の準備が大切です。まず部屋の換気を行い、家具類を移動させた後、床用モップや掃除機で床のホコリをキレイに取り除きます。ホコリの上からワックスを塗ると汚れが取れにくくなり、美観を損ねるので、掃除は入念に。ワックスをかけるときは、部屋の奥から出入口に向かってS字を描くようにしましょう。



時間が経つと落ちにくくなります。すぐに対処しましょう!

汚れの種類を見分けましょう

汚れには、大きく分けて「水溶性」と「油溶性」があります。どちらの汚れかわからないときは、まず水で固くしぼったタオルを押し当ててみます。汚れがタオルにつけば「水溶性」の汚れの疑いが濃厚なので、台所用洗剤を使って落としましょう。上の「油溶性」の汚れの落とし方を試しても落ちない場合は、他の汚れの可能性もあります。



「空気の通り道」をつかって換気

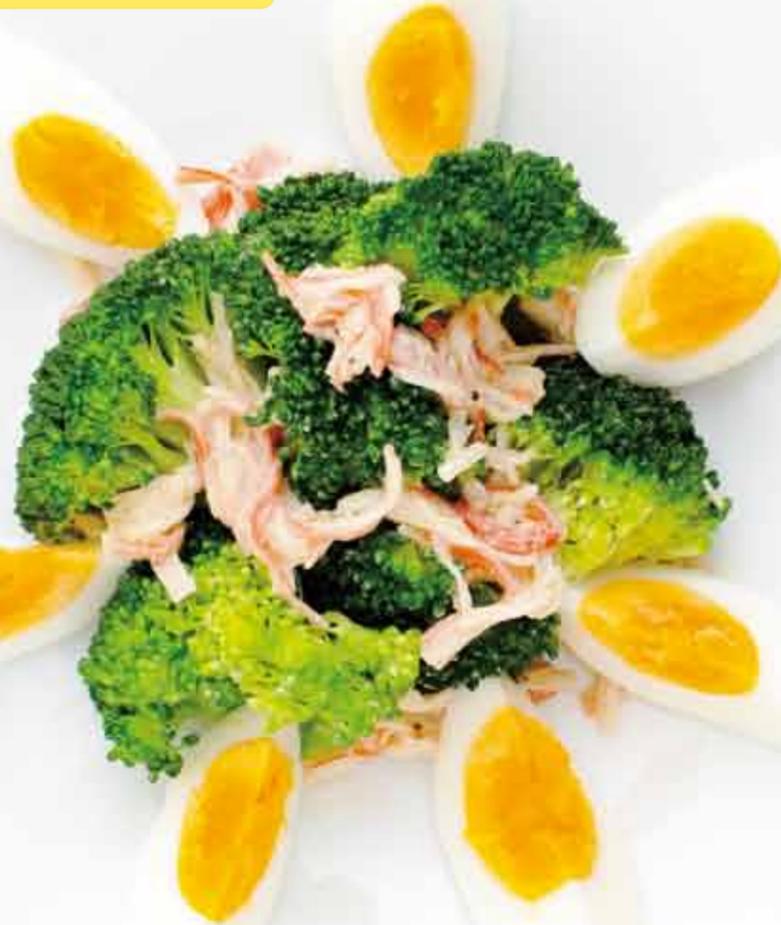
浴室に「空気の通り道」をつくりましょう。浴室のドア下部にある通気口から、室内上部にある換気扇へ効率よく空気を移動させるため、換気扇をつけている間は、ドアや窓は閉めておきます。また、ドア下部の通気口はカビが発生しやすい場所。換気の際にカビの胞子をばらまかないためにも、まめに掃除を。



イキイキ女性のための健康レシピ

簡単レシピで手軽に旬野菜を身体に取りこむ春のパワーアップレシピ

カニかまとブロッコリーのからしマヨネーズ和え



材料 (4人分)

- ブロッコリー……………1個(約300g)
- カニかまぼこ……………8本(約80g)
- オリーブオイル……………大さじ1.5
- 塩、こしょう……………少々
- マヨネーズ……………大さじ1.5~2(好みに調節)
- 和からし……………適量(好みに調節)
- ゆで卵(飾り用)……………2個

《作り方》

- 1 ブロッコリーは小房に分け、塩を少々加えた熱湯で硬めにゆでる。ザルにあけて水気をきり、粗熱をとっておく。
- 2 カニかまぼこは適当な太さに割く。
- 3 ①のブロッコリーと②のカニかまぼこを合わせ、オリーブオイル、塩、こしょうを加え下味をつける。
- 4 マヨネーズに和からしを加え、からしマヨネーズをつくり、③に加えてよく混ぜ合わせる。
- 5 ④にゆで卵を飾れば完成!

温かいままでも、冷やして食べてもOK!

かんたんレンジ・おきかえレシピ

このレシピの材料の一部を以下のようにおきかえるだけで、和風のさっぱりサラダになるよ!

和からし → わさび(適量、好みに調節)



かんたんもう一品・春の彩りレシピ

行楽のお供に! カラフルでうれしい「しば漬けのおにぎり」

しば漬けとちりめんじゃこをごま油と黒こしょうで味付けをし、ご飯に混ぜてにぎる。お好みで、海苔や大葉を巻いてもOK(量はいずれも適宜、好みに調節)。



ビタミンCや食物繊維が豊富なブロッコリーは、アンチエイジングにもってこいの春野菜。季節の変わり目を美しく乗りこえ、ステキな春にしましょう。

監修 料理研究家/日本著教育講師 栗原佑布子さん

あらゆるジャンルの家庭料理を専門とし、簡単創作料理を得意とする。雑誌へのレシピ掲載、料理番組のコメンテーター、料理セミナーの開催など“おいしく楽しい食卓”をテーマに幅広く活動。また日本食文化の次世代への継承に注目。日本著教育講師として、教育機関での講座も開催している。

