

もっと快適な環境に！

## キッチンまわりを見直してみよう

不要不急の外出を避けるとともに

自宅でお料理する機会が

さらに増えていることと思います。

この際、何となく使いづらかった箇所を

思い切って改善して、

お料理を心地よく楽しめる

キッチンにしませんか？



キッチン下の場合、扉の開閉が楽な作業が楽になります。システムキッチンではない場合は壁面にラックを備えておくのもつ方法。カラフルなアイテムで「見せる収納」を心がけるとよりよいでしょう。



### 収納の高さを合わせて効率よく

もう一つ、キッチン周りを見直す際に意識したいのは収納の高さです。最もよくキッチンを使う人の身長に合わせて収納の高さや位置を決めていくと、「踏み台を使わなければ手が届かない」といったことも避けられます。できるだけ効率よく、無駄な動きをせずに済むようにしましょう。また、小さなお子さんがいるご家庭なら、お子さんが家事を手伝いやすいよう、低めの位置に食器収納場所を配置するのもよいでしょう。



### 暑さ対策も考えよう

これから夏を迎えるにあたって料理をするときは、火を使えば体が動かすため、暑さが倍増します。コンロを使うときは換気扇を回しますが、その際換気扇のそばの窓を開けておくと外の空気が流れ込み、エアコンの冷気が逃げていくことを防げます。そばに窓がない場合は、首振り機能のついた扇風機をつけるだけでも、エアコンの冷気とキッチンの熱気が循環され、風の流れてきて暑さ対策になるでしょう。



### まずは置くものを整理しましょう

キッチンに置くものは多種多様です。大きさも形もふぞろいの調理器具をはじめ、冷蔵庫や食洗機、オーブン電子レンジなどの家電製品に加え、最近ではフードプロセッサーやホームベーカリーなどもあり、かなりの収納力が必要になります。キッチンは限られたスペースなので、使用頻度の高いものはキッチンに置き、それ以外は別の場所に収納するなど、まずはキッチンに何を置く必要があるかを考えましょう。



### 重たい調理器具は下のほうへ

使用頻度の高いフライパンや鍋は重いので、高いところに収納してしまうと出し入れが大変な上、落下すると大怪我をする可能性があります。シムア

