

# 浴室カビ取りチェックリスト

～黒カビをしっかり落として再発防止～

## 準備するもの（作業前に全部そろえるとスムーズ）

- 塩素系カビ取り剤（※ジェル・強力タイプ推奨）
- ゴム手袋
- マスク
- 保護メガネ（あると安心）
- キッチンペーパー
- ラップ（密着用）
- 古歯ブラシ／スポンジ
- スクイージー（仕上げ用水切り）
- フローリングワイパー（天井用）

**POINT：**作業前に必ず換気扇ON＋窓があるなら開ける。

## 作業前準備（約5分）

- 浴室全体に 40～45℃のシャワー をかけて温める  
→ 汚れが柔らかくなり、薬剤が浸透しやすくなる。
- 床に新聞紙・古タオルを敷いて周囲保護
- スプレーや薬剤を 子ども・ペットの手の届かない場所へ

## 場所別 作業チェックリスト（順番どおり進めればOK）

### ① ゴムパッキン（最優先）

- カビ取り剤を吹きかける
- キッチンペーパーを貼る
- ラップで密着（※流れ落ち防止）
- 20～40分放置
- シャワーで洗い流す

### ② タイル目地

- カビ取り剤スプレー
- キッチンペーパーを貼る（ラップなしでOK）
- 15～30分放置
- 古歯ブラシで軽くこする
- 流して確認

残る場合 → 翌日再チャレンジ

### ③ 天井（直接スプレーNG）

- ワイパー用シートにカビ取り剤を塗布
- 天井に塗り広げる（自分に落ちないように注意）
- 放置
- 拭き取り or 軽く流す

### ④ 排水口・ドアパッキンまわり

- 先に中性洗剤で汚れを落とす
- その上から塩素剤
- 10～20分放置
- 洗い流す

## 仕上げ＆再発予防チェック（最重要ポイント）

- 使用後「温水→冷水」の順でシャワー（菌繁殖を防ぐ）
- 壁・鏡・床の水滴をスクイージーで除去
- 換気扇は 最低4時間（可能なら24時間）

今日ここまでできたら大成功！ 完璧より「継続の仕組み化」が大事です。お疲れさまでした。