

【毎日のお掃除ルーティン】

- ☐ 玄関のたたき掃き 約1～2分
- ☐ テーブル拭き(食後) 約1分
- ☐ トイレ便座・床をサッと拭く 約1～2分
- ☐ 洗面台や鏡拭き 約1分
- ☐ キッチンのシンクを軽くすすぐ 約1分
- ☐ 浴槽をサッとこする 約3～5分

【日替わりのお掃除ルーティン】

- ☐ リビングのホコリ取り+掃除機orモップ(クイックルワイパー)がけ
- ☐ キッチンのコンロ拭き+キッチンの排水口掃除
- ☐ 洗面所の排水口+洗濯機の糸くずフィルター掃除
- ☐ 浴室の洗浄(壁・床・蛇口まわり・シャンプーなどの小物)+排水口掃除
- ☐ トイレ全体をしっかりと掃除(便器・タンク・床・壁・棚)
- ☐ 寝室のホコリ取り+掃除機orモップ(クイックルワイパー)がけ シーツ交換
- ☐ 冷蔵庫内の食材整理+庫内の拭き掃除