



<節水洗濯>
 避難生活が長引いてしまった場合、衛生環境を保つためにも洗濯はしたいところです。しかし水は貴重な場合が多いので、極力水の使用量を減らした節水洗濯をする必要があります。限られた水を使って洗濯するためには、節水タイプの洗剤とポリ袋を上手く活用しましょう。ポリ袋に少量の洗剤と服(下着など薄手のもの)を入れて2〜3分揉み洗いし、水を変えながらポリ袋の中ですすぎと脱水をします。手絞りだけでなく、足で踏みながら脱水すれば小さい力でしっかりと脱水することができます。脱水したら干して乾かします。ポリ袋を活用した節水洗濯は、キャンプなどのアウトドアや旅行先でのホテルで洗濯する時にも使える洗濯方法ですので、覚えておくと便利です。