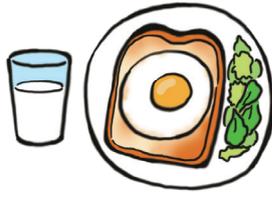


はじめにお読みください

この本は弊社刊行のムック、ならびに月刊誌『LDK』掲載の内容を加筆、再編集したものです。掲載内容は2022年2月現在のものです。掲載商品は基本的に編集部で購入時の価格(税込)となります。すでに販売が終了している場合や仕様・デザインの変更、各種情報などが異なる場合がございますので、あらかじめご了承ください。



LDK スゴ楽家事 the Best CONTENTS



P.8

巻頭特集

テストする女性誌『LDK』が選んだ！

スゴ楽家事ベスト

アイテム&テクニック29

最旬

P.14 アイテム編
P.8 テクニック編

P.20

総力特集

ストレスフルな毎日をラクに！元気に！

疲れのない暮らし方大研究！



Column

- P.44 暖かい時期が掃除のチャンス 洗濯槽のお掃除の真実
- P.46 オキシクリーン・粉ワイド 漬けの真実、調査しました！
- P.56 在宅中の勉強離れの悩みを 葉一先生にマルッと聞いてみました！



P.58

ラクする！台所編

マネするだけで簡単！

やる気ない日の家ごはん

- P.70 Part 2 片づけ編
 - ・生ゴミや冷蔵庫がニオウ
 - ・排水口のヌメリ
 - ・小バエの発生
 - ・菌の繁殖
- P.60 Part 1 作る編
 - ・調理がめんどうくさい
 - ・食材をダメにしちゃう
 - ・冷蔵庫&冷凍庫がパンパン



- P.48 Part 4 片づけ
 - ・おもちゃが散らかる
 - ・在宅仕事道具が占拠
 - ・買い置きがあふれる
- P.38 Part 3 掃除
 - ・床掃除がしにくい
 - ・コンロまわりが汚れる
 - ・ゴミ増加でニオウ
- P.32 Part 2 美容・ファッション
 - ・美容院に行きづらい
 - ・運動不足で太っちゃった
- P.22 Part 1 食
 - ・外食に行きにくい
 - ・自炊の味に飽きた
 - ・キッチンに立ちっぱなし





P.124

P.104

P.82

P.142 P.136 P.132 P.126

リビング編
クローゼット編
キッチン編
洗面所編

とりあえず入れてゴチャついた引き出し
服が散乱したクローゼット
詰めすぎて機能してないストック棚
何が入っているか見えない洗面台下

狭いところでもちゃんとしまえる収納術教えます!
狭いが勝ち! 収納アワード
ムダなし! 収納・片づけ編



お洗濯の真実 145

洗剤の選び方や汚れ落とし方法まで疑問にお答え!!

手間なし! お洗濯編

- Part 1 洗剤
- Part 2 洗濯方法
- Part 3 汚れ落とし
- Part 4 洗濯機
- Part 5 干す
- Part 6 アイロン

3日間で家中まるっとピカピカ大作戦

簡単3STEPで完了!

やめる! お掃除編

- STEP 1 捨て 期限切れ食品や着ない洋服をまずは捨てる!
- STEP 2 掃除 ものがなくなったら掃除もやりやすく!
- STEP 3 収納 取り出しやすく戻しやすい散らからない収納に!

Column

ここまでやめられる!
P.98 掃除グッズ名品ガイド TOP44

