

食品を電子レンジで温める機会が多い記者にとって「食品包装用ラップフィルム」は欠かせないアイテムだ。一度使ったきりで汚れてもいけないのに捨てるなんて、日ごろからもったいないと思っていた。そこでラップを無駄なく利用する方法や、一步進めたアイデア活用はないか、試してみた。

「ラップは一度使ったら捨てるしかないのだろうか？」。ふと沸いた疑問を、アメニティアドバイザーの近藤典子さんにぶつけてみた。「再利用もできますよ。掃除や梱包などいくらでも使い道はあります」と即座に答えが返ってきた。

確かに一度使うと水滴がついたり、ラップ同士がくっついてはがしにくかったりして、同じように食品を包むのは難しい。そんな場合に良いのが、掃除道具としての活用だという。キッチンタイル壁にこびりついた油污を例に手法を教えてくれた。

台所用アルカリ性洗剤を吹き付けたり、ラップを上からかぶせる。しばらく放置すれば頑固な汚れも浮いてくる。吹き付けただけ

食品用ラップ 家事全般にフル活用

風呂掃除・旅行の荷造りに

ラップを料理・掃除・梱包に使う

	方法	結果	考察
料理	おにぎり・サンドイッチ	ラップの上に米やパンと具をのせ、具を巻く	具がはみ出る心配がないうえ、衛生的。お弁当にそのまま入れてもよい
	すりごま	ラップにゴマを平たく包み、湯飲みを上から力を入れて転がす	すり鉢、すりこぎ不要で簡単すりごまに。湯飲みは凹凸がある方がよくすれる
	シールはがし	壁に貼ったシールに中性洗剤をスプレーし、上からラップする	15~30分ほど放置し、貼ったラップで優しくこすれば簡単にはがれる。コンロ壁の油污も同じようにすれば汚れが落ちる
掃除	浴槽や鏡の汚れ	風呂用洗剤をスプレーしラップ	15~30分ほど放置し、貼ったラップを使ってこする。満遍なく洗剤を行き渡らせればムラができない
	床のほこり	ラップをまるめてほこりがとれるか	ペットの毛などはとれるが、思ったより静電気は起きず、重いほこりは取れない

と汚れが浮き上がる前に洗剤が乾燥することがある。ラップがあると1日放置しても乾燥せず、はがしたラップで汚れを天まかにふき取ればピカピカになった。

液だれ防いで 満遍なくきれいに

この方法は貼ったシールをはがす際や、浴槽や浴室の鏡の汚れにも応用できる。実際に試してみると、ラップをしないと液だれにより湯あかや水あかがきれいに落ちないところもあったが「ラップ湿布」では満遍なく汚れが落ちた。

さらにラップをスポンジ



複数の種類の素材のラップを使って実験した

代わりにして、食器洗いや風呂場での体洗いにも活用できる。台所用洗剤だとティースプーン半量程度でパイン皿2枚、スプーン2本、フォーク2本、カップ2個、茶わん2個は洗えた。

スポンジほどゴシゴシ力が入れにくい、油污れでも特に問題はないと感じた。体を洗うにはゴシゴシ感が足りないが、せっけん

やボディソープだけの場合よりもすっきり感があり、2週間続けたが特に肌荒れなどもなかった。

静電気を期待して、床のほこり掃除に活用できないかも試した。残念ながら、髪の毛や砂、綿ほこりなどはほとんどとれない。ただペットをブラッシングした後の抜け毛取りには効果があった。適度な静電気のた





め、空中に毛が飛び散るのを防げたようだ。

旭化成ホームプロダクツの坂元善洋さんによると、ラップの特徴は①臭い移りしない②乾燥を防ぐ③熱に強い④形を整えやすい⑤密着性に優れる⑥酸素を通しにくい——ことなどだ。

特性を生かせば食品保存のためだけでなく、調理にも活用できる。代表的なのが、おにぎりやサンドイッチ作り。手が汚れないうえに余分な食器も使わない。

おにぎりは茶わんに軽くラップをし、ご飯を半量入れて具をのせ、さらにご飯を入れてから、ラップでくるんで握ればよい。サンドイッチはラップの上にパンと具をのせて丸く巻けば完

どことん 試します

梱包	旅行の荷造り	靴、化粧品、セーターをくるむ		中身が分かるし、省スペースに。化粧品の容器を巻けば緩衝材にも
	銀製品	ネックレスや指輪などをくるんで20日間室内に放置		期間が短かったせいかわり変化はなかったが、酸化防止効果を期待
その他	食器カバー	断水時に備えて皿、おわんなどをカバーし、1週間洗わずに使用できるか挑戦		1重では破れて食器に油や水分がついた。2重以上にするのが望ましい
	食器・体洗い	食器や体を洗ってみた		食器は洗剤をティースプーン半量程度で泡立ちもよく洗えるが、体はゴシゴシ洗いたい人には不向き。肌が傷つくことはほぼない
	ダイエット	ウエスト部分に巻いて40分ほどの有酸素運動を実施。週2回程度を2週間		通常より半分以下の10~15分で体が温まってきた。汗もよく出たが、水分補給をしつかりしたので体重変化は特になし。期間も短かった

成だ。どちらでも誰でも簡単にでき、そのままお弁当箱に入れてもいい。

素材によって異なる特性

実はラップは製品によって素材が異なる。坂元さんによると、主な素材はポリ塩化ビニリデン、ポリエチレン、ポリ塩化ビニルと3種類あり、特性も違う。たとえばポリ塩化ビニリデン製は伸びにくいので、おにぎりや巻きサンドイッチを作るときに便利。半面、少しの力でも裂けやすいので扱いに注意が必要だ。ポリエチレン製は強く握ってもすぐ元に戻ろうとし、ほかの素材よりも耐衝撃性に優れていると感じ

た。梱包材として利用する手もあるかもしれない。

たとえば化粧品をスーツケースに入れて飛行機の手荷物に預けることなどを想定し、どのくらいの衝撃に耐えられるかも実験してみた。1・5層の高さから小さな陶器をラップに包んで落としてみると、ポリエチレン製だけ2重にラップをすれば割れず、ふちがかけただけだった。ポリ塩化ビニリデン製は3重にすれば割れず、ポリ塩化ビニルは3重でも割れた。

ラップを緩衝材として使うのは本来の役割ではないため、大切なものには使えない。ただ旅行用品を束ねたり、ちょっと包んで衝撃を和らげたりする程度には

利用できそうだった。

ラップは災害時にも役に立つ。水が不足している場合は、皿をラップに包んで食事をすれば、毎回皿を洗う必要がなく、ラップだけ交換すればいいので衛生的だ。皿を包むラップは2重にして、ナイフなどで傷つけないようにしたい。

キャンプなどで野外で熱

傷を負った時などに使えないか、東京通信病院（東京都千代田区）の江藤隆史皮膚科部長に尋ねてみた。ラップ療法といい、傷口をラップで覆って自らの免疫性物質を活用する治療もあるが、医療用ラップを使う必要がある。感染症の問題もあり、まねをしないでほしい」との注意を受けた。熱傷は真水で洗って傷口を清潔に保ち、病院に行くのが理想だ。

ラップは食品を包むのが本来の利用方法。ダイエットなどに活用する人もいるが、安全にはくれぐれも気をつけたい。

記者のつぶやき

忙しい朝、朝食で使った食器を洗うのはおっくうだが、夏場はすぐ洗わないと臭いの元になる。ずぼらな自分は朝食に使う食器を決め、すべてにラップをかけて使用し始めた。

2重にすれば汁物でも汚れず、食べ終わればはがせばいいだけ。洗剤を使う回数も減り、手荒れ知らずで一石二鳥だ。

ただ、過ぎたるは及ばざるがごとし。食器から伝わる温かみがなく、3日も続けると料理が味気なく感じた。

（吉野真由美）