



男性誌初登場!!

アイロンがけの魔術師ミスターXが実演

# アイロンがけの達人になる方法。

保管しているとすぐにYシャツがシワになってしまう。  
アイロンをかけてもなかなかキレイに仕上がらない。  
そんな悩みをここで解決。今日からアイロンの達人だ。

photo/W.Nishida 西田航

クリーニング店に出さなくなるから  
**節約も出来てしまう!!**

シャツがすぐにシワクチャに  
なってしまうアナタ  
こんなに簡単に**キレイ**に  
できちゃいます!



玉留めは不要。  
こちらも同じ工程を繰り返して、ボタンの部分に数度、糸を通せば玉留めは不要。

糸をカットする。  
数回、糸を通したら、固定したところ、ギリギリの箇所をカットする。





Before

## シャツをキレイにする。

難易度が高いと思いがちなYシャツのアイロン掛けも、パーツごとに分けて順番にプレスしていけば難しくありません。自分のシャツくらい、自分の手で仕上げたい。やっぱりシワ一つないシャツは見た目も美しいし、清潔感があってカッコいいのだ



### 1.準備

アイロン台の高さは腰から少し下。アイロンの温度は中温に設定し、熱するまで待つ。温度は細かい設定があるが、だいたい中温で大丈夫。スチームを出したときにちゃんと蒸気になっているか確認



### 2.カフス

内側からプレスすることで、手首の丸みに合った仕上がりになる。片方のカフスが終わったらそのまま袖にアイロンをかけよう。袖全体が終わったら逆のカフスに取りかかる



## 名称を覚えよう!!

まずは、シャツの基本的な部位の名称からおさらいしておこう。ここに載っている以外にも細かいパーツの名前などもあるが、これだけおさえておけば大丈夫。台襟は襟が付いている土台の部分で、一番上のボタンが付いているベルト状の部分のことだ。

**マンチの達人**

今回の講師は  
ヤマサワプレス代表  
小澤亮治さん

アイロン掛けだけでなく、クリーニングや洗濯までお客様のメンテナンスのプロ集団ヤマサワプレスの代表小澤さん。衣類のことで困ったとき頼りになる強い味方だ。  
TEL.03-5242-8377



### 4.脇

両脇が終わったら、脇→背中→脇と順番にプレス。裏から縫い目をしっかりととばす。このとき、ミミの下に跡が残るのでアイロンの先端をミミの下に入れて滑らせておこう



### 3.袖

袖は細い状態になっているため、折り目を付けてしまわないように裏の部分にアイロン台の手前を落とす。縫い目をプレスしたらひっくり返す。二回に分けて全体をプレス



### 5.背

背中は広いので左右に二分割して半分ずつ裏からかけていく。このとき、低いアイロン台だと一度プレスした生地が床にふれてしまいまたシワになってしまうことがあるので注意



### 6.身頃(ボタン側)

身頃はまずボタンが付いている方からアイロンをかけていこう。ボタンとボタンの間は先端を使い、最後にヘリからサッと一度通す。残った部分をプレスしよう



### 7.身頃(ポケット側)

ポケットの凹凸も脇の縫い目同様、下の生地に跡が残るので、入り口からアイロンの先端を使って跡を消しておこう。細かいところを処理すればワンランク上の仕上がりになるぞ



After

家庭用の道具でも  
コツさえつかめばこの仕上がり。

### 8.台襟

台襟をプレスするときは、襟にシワをつけてしまわないように、袖と同じようにアイロン台の手前を落とす。あとはカフスと同じように内側からアイロンをあてれば、首にフィットする仕上がり



### 9.裾

一番目立つ場所。ここさえキレイになれば見栄えがする重要な部分だが、難しいことは考えなくて、平らに置いて一気にアイロンをかければ、方向などはあまり気にしなくても大丈夫

## 良い道具を持つことが達人への近道だ。

### アイロン台の選び方

2つアイロンをかけられるものが理想的。低いアイロン台だとシャツなどをプレスする時、一度アイロンをかけた部分が台からはみ出て床についてしまい、シワになってしまうこともあるからだ。軽電機だと空気でシャツを吸いつけたり、袖用に専用のでっぱりがあるなど、使えるアイデア多数



### アイロンの選び方

少し重くてもいいが、ある程度重量があったほうが、アイロンの重みを利用できるので疲れにくい。軽いとどうしても腕力が必要になってしまい、かえって疲れてしまう。それとできればコードレスではなく、電源コードがあるものを選びたい。というのも、コードレスは使用中アイロンの温度がどんどん下がってしまい水蒸気にならず水滴が垂れ、焦げの原因にもなる



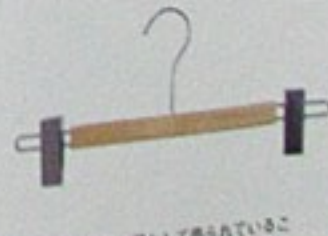
コレがあればより便利



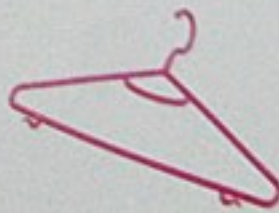
2つ目はメッシュになっているものが、初心者にも使いやすい。メッシュなのでここにアイロンをあてても大丈夫だし、シワが落ちるのびているか確認できる



1クリアファイルはシャツを畳むときに使用すると同じ大きさで重厚感がある。なるべく硬めの素材の方が使いやすい。クローゼットの大きさに合わせてプラ板をカットしてもOK



1スカーフ用として使われていることが多い。ピンチが二個付いたハンガーを二個使ってハンガーを固定して吊るせば、形も崩れないし、早く乾かすことができ便利だ



1ハンガーは首の部分が回転する方が便利。腕立ては肩に滑り込みのあるものが多いが、肩にラインが残らないだけでなく、肩甲骨と背中が空気が通る、乾くのも早い



デリケートな素材など、直接アイロンを当てると生地がいたんでしまうものも、スチーム機能を使えばシワが取れるぞ。消臭までできるので是非覚えておきたいテクニックだ。

## スチーム活用術。

### ハット

立体的なものもスチームで生まれ変わる。

たたむことができないハットは保管も難しく、つい濡れてしまうことも。そんなときもスチームが有効だ。形を元に戻すだけでなく、タバコや汗のにおいも消せて一石二鳥の技だ

Before

After

### ハワイアンシャツ

デリケートな素材は蒸気でのばす。

シルクやレーヨンなどのデリケートな素材は、ハンガーに吊してスチームをかけながらシワをのばしたほうが、生地をいためることもなく、なにより手軽だ

アイロンを蒸気発生機にかかると、スチームが衣類を乾燥させていき、袖や裾を片手で軽く引っ張りつつシワのびていくのを確認しながらスチームをあてていくといい。レーヨンなどの柔らかい素材は、スチームだけで十分シワのびる場合が多いので、アイロンを必要としない。



After

Before

### ジャケット

ジャケットもスチームでいつもシャッキリ。

毎日袖を通す人も多いジャケットだが、頻繁にクリーニングに出すのは難しい。そんなときもアイロンのスチームを利用してスッキリとしたジャケットを保とう

よく動かす肘周辺や、背中にかけてシワなどもスチームをあてれば戻すことができます。毎日着るものだから、こんな簡単なテクニックで美しく保てるのは非常に嬉しい。内側にスチームをあてれば、水蒸気が気になるところのにおいも消臭も可能です。



After

Before

### レザージャケット

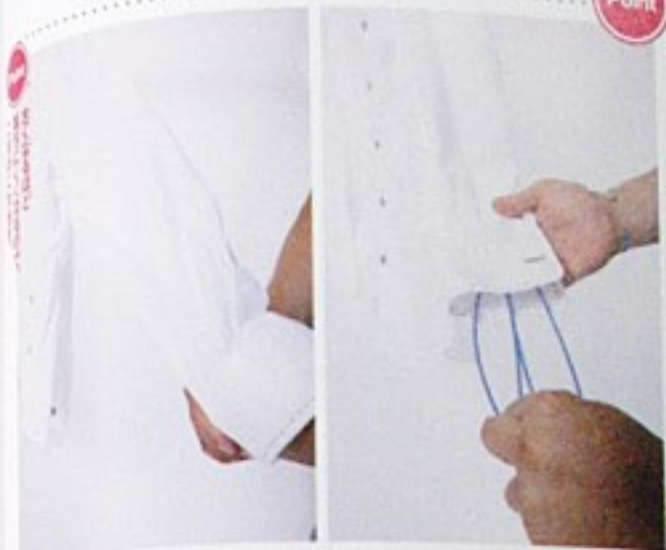
自宅で気軽に洗濯できないレザージャケットの汚れは汗のにおい、長く使いたいものだけにいらない。スチームを利用して定期的に消臭することによって、楽々簡単にクリーニングの代わりになる。ハンガーに掛けて内側にスチームをあてると



スチームを使って消臭も

アイロンをかける労力を減らす為には、干し方にも気をつけたい。乾かした段階でシワが少なければ、アイロンをかける時間もぐっと短縮できる。どれも簡単なことなので洗濯後の習慣にしてほしい。

### ワンポイント



ハンガーを写真のように曲げた物を使うと、袖の細かいシワをのばすことが容易。お湯のバネを利用して袖から肩まで挿入し、中で広げてカフスから抜き取れる

袖の中心にクリアファイルを置いて、それに合わせて折り畳んでいく。最後に裾の裏から抜き取れば完成だ。ボタンは留めておいた方がよい。保管の時は互い違いに重ねると襟が濡れるのを防げるぞ

## シャツの干し方。

干し方次第でシワは減らせる。



●身頃や背中など広い生地についたシワは、手首のスナップを利用してはたけば伸ばすことができる。肩口を持ってよくはたいたあとは、乾かす前によくのばしておく

## シャツのキレイなたたみ方。

保管の時も余分なシワをつけない。



ビシッとプレスされたシャツは、いつの時代にもカッコよく見える男の正装だ。プロにまかせればもちろん清潔感のある状態にしてくれるだろう。しかし、使用する道具などの費用がかかるとともに、洗濯の方法とは異なる。手順とひと工夫のコツを覚えれば、すぐに慣れるだろう。自分で仕上げたシャツは着心地も格別なのだ。

洗濯機から取り出したシャツを干す前にきちんとたたき、見たとおりシワだらけのまま干せば、そのままだらけのままになるべくシワをのばした状態で乾かそうにする。袖は他の洗濯物と絡んだりして揉まれてしまうことも多いので、ハンガーを使ったテクニックは有効だ。

アイロンは目立たない部分から順番にかけていく。襟を最後にまわすと覚えておいてもいい。アイロンをあてるときはスチームしながら、やりがきだけで往復すると水分がとんでパリッと仕上がります。

折角キレイに仕上げたシャツだから、シワがつかないように保管したい。畳をいえは一度ずつ吊しておいたほうがベスト。それが難しかったら、シャツを買ったときに台襟につけられているプラスチックのパーツを使うのもいい。トップボタンにはめたまま、互い違いに重ねておけば襟がつぶれにくくなる。

アイロンを使うことに慣れてきたら、ジャケットやレザージャケットなど、普段洗濯しないアイテムもスチームで消臭していこう。焦つければアイロンをあてるとは思っているはずだ。