

과정명	
08차시	청소지원 및 의복관리

1. 청소지원 계획

① 1년 대청소 스케줄

계절별로 상관없이 일상적으로 자주 해야 하는 청소는 제외하고, 시기별로 꼭 해줘야 하는 청소들이 있다.

1월	2월	3월	4월
* 난방기구 점검과 청소 * 의류 일광 시키기	*난방기구 점검과 청소 *옷장 청소, 통풍시키기 *집 안 묵은 먼지 제거 *성 용품 손질 및 수납	*아이방 대청소 *난방기구 점검과 청소 *창문, 창틀 청소 *바닥재, 카펫류 청소	*집안 대청소 *난방기구 점검과 청소 *환기 팬 청소 *신발장 청소
5월	6월	7월	8월
*옷장, 이불장 청소 *방충망, 창문 청소 *냉장고 청소 *에어컨 필터 청소	*이불장 제습제 소독 *철 지난 옷 수납 *여름옷 꺼내기	*주방 청소 *장마 대비 제습 *선풍기 꺼내기	*곰팡이 제거 및 제습 *환기 팬 청소 *방충망, 창문 청소
9월	10월	11월	12월
*신발장 청소 *여름철 침구 수납 *여름옷 수납 *선풍기 수납	*옷장, 이불장 청소 *에어컨 옥외기 청소 *현관, 거실 대청소 *책 처분 정리	*난방기구 점검과 청소 *냉장고 청소 *난방 기구 꺼내기	*방충망, 창문 청소 *환기 팬 청소 *보일러 청소

② 대청소 4일 코스계획

계절 상관없이 전반적으로 집 안 대청소를 해줄 때는 이렇게 코스를 짜도록 한다.

1. 대청소 기본 순서:

환기 → 버릴 것 버리기(정리) → 물건들을 제자리에 정돈 → 먼지 제거, 쓸기, 청소기 밀기 → 걸레로 닦기 → 청소도구 세척 및 보관 → 제습, 탈취, 방향

2. 기본 동선

- (1) 위 → 아래
- (2) 깨끗한 곳 → 더러운 곳
- (3) 창문 근처 → 실내

<표 2-2> 대청소 4일 코스

공간별 대청소	욕실 대청소	주방 대청소	베란다/현관 대청소	거실/방 대청소
테마별 대청소	정리	정돈	먼지 제거/걸레질	물청소

공간별 대청소	1일차 욕실 청소	수증기로 욕실 불리기 → 청소할 곳에 미리 세제 뿌려두기 → 천장 닦기 → 벽 닦기 → 변기 닦기 → 샤워부스/욕조 닦기 → 거울 닦기 → 세면대 닦기 → 바닥/배수구 청소하기 → END (1시간 30분 소요)
	2일차 주방 청소	설거지감이 있다면 설거지부터 → 가스레인지 후드망 빼서 불리기 → 가스레인지 후드 닦기 → 가스레인지 화구 분리한 후 상판부터 닦기 → 가스레인지 주변 닦기 → 가스레인지 화구 빼놓은 것 닦기 → 싱크대 개수대·배수구 청소 → 불려놓은 후드망 닦기 → 싱크대 하부장 문 닦기 → 주방 바닥 닦기 → END (1시간 30분 소요)
	3일차 베란다/현관 청소	신발장에서 신발을 모두 꺼내 일광욕 → 방충망 닦기 → 난간 닦기 → 창문 닦기 → 창틀 닦기 → 베란다 바닥 물청소 → 신발장 청소 및 정리 → 현관 바닥 청소 → END (1시간 30분 소요)
	4일차 거실/방 청소	필요 없는 것 버리기 → 제자리에 정돈하기 → 가구·책상·소파 먼지 제거하기 → 화장품·아이 장난감 등 소품들의 먼지 제거하기 → 침구 청소하기 → 바닥 먼지 제거하기/걸레질하기 → END (1시간 30분 소요)
테마별 대청소	1일차 정리	1. 각방의 옷장과 책상 등의 서랍을 열어 버릴 것을 먼저 버리기 2. 큰 봉투나 박스를 두 개 가져다 놓고 버릴 쓰레기를 분류
	2일차 정리	1. 정리가 끝난 옷장과 서랍 안에 있는 것을 빼내고 먼지를 닦기 2. 빼낸 물건을 정리하기
	3일차 먼지 제거/걸레질	1. 거실, 침실, 아이방 등 모든 천장과 벽의 먼지를 다 닦기 2. 가구 위쪽과 틈새의 먼지도 두루 제거 3. 물걸레로 바닥을 모두 닦기
	4일차 물청소	1. 베란다, 세탁물 등 물을 쓸 수 있는 곳들을 청소 2. 현관 청소

2. 청소서비스 제공

① 청소지원

1. 쾌적한 거주 환경

사람은 누구나 자신의 집과 자신이 생활해 온 익숙한 환경, 지역에 살면서 가장 편안하고 안정적으로 살아가기를 희망한다. 따라서 질병 및 장애로 인해 일상생활이 어렵다고 해서 그동안의 삶의 터전을 떠나는 것이 아니라 가능한 한 생활의 자립이 가능하도록 신체기능을 고려하여 거주 환경을 만들고 유지하는 일이 중요하다. 좋지 못한 환경은 대상자의 건강과 자립을 저해한다. 대상자가 활동하기 편리하고 안전한 주거환경을 만들어 대상자의 삶의 질을 향상시키고, 스스로 자립생활을 할 수 있도록 지원해야 한다.

(1) 기본원칙 및 주의사항

- (가) 대상자의 건강이 유지되고 와상상태가 예방되어 주체성과 자립성을 높일 수 있는 환경을 만든다.
- (나) 고독과 소외감이 없고, 가족과 사회의 일원임을 대상자가 자각할 수 있으며, 대상자와 가족의 희망사항, 조건을 충분히 고려한 환경을 만든다.
- (다) 일상생활동작(ADL)에 맞는 생활수단과 방법을 검토하고, 감각 기능과 하지 기능의 저하로 인한 사고를 막을 수 있는 안전하고 기능적인 환경을 만든다.
- (라) 태풍, 화재 등 비상사태에 대한 대응책을 고려한다.
- (마) 안전한 거주환경 조성을 위해서는 조금 손보면 되는 간단한 것부터 주택 개조 등 대단히 번거로운 것까지 있을 수 있다. 주택개조를 하려면, 경제적인 것을 포함해 가구여건을 고려하여 대상자가 보다 안정된 노후생활을 하도록 할 수 있는 정확한 상황판단과 원활한 대응 방안이 필요하다.
- (바) 주택개조를 위해 타 기관을 연계한 경우, 주체를 확실히 하여 중간에서 입장이 난처하지 않도록 주의하며, 모든 정보교환과 타 기관 연계는 대상자 및 보호자의 동의를 얻은 후 기관과 논의하여 행한다.

2. 쾌적한 실내 환경

사람은 기온이 너무 내려가면 감기나 폐렴에 걸리기 쉽고, 기온이 높고 습도가 낮으면 탈수를 일으키기 쉽다. 또한, 기온의 급격한 변화는 혈압을 변동시키는 요인이 되며 따뜻한 방에서 갑자기 차가운 실외로 나가면 급격한 혈압상승을 가져올 위험이 있다. 따라서, 쾌적한 실내 환경에서 생활할 수 있도록 해야 한다.

(1) 기본원칙 및 주의사항

쾌적한 실내 환경을 조성하여 신체의 조화를 유지한다. 대상자와 가족의 희망, 조건을 충분히 고려하고 사생활을 존중하고 남에게 보이고 싶지 않거나 알고 싶지 않은 심리를 존중하여 사생활을 고려한다.

3. 환경관리

대상자에게 직접적으로 관련된 기본적인 가사서비스를 제공하여 대상자가 생활하는데 불편함이 없도록 하고, 주거공간을 위생적이고 청결하게 관리하여 살기 좋은 생활환경과 심리적 안정감을 제공한다.

(1) 기본원칙 및 주의사항

(가) 대상자의 생활공간은 각자의 습관에 맞춰져 있기 때문에 청소나 주변 정돈 시 대상자와 상의하도록 하고, 청소방법에서도 대상자의 습관을 존중하되 활동시간이 한정되어 있기 때문에 '청결'을 기준으로 효율적인 방법을 사용한다.

(나) 오염된 주거환경은 감염의 원인이 되므로 주거 공간을 청결하게 유지한다.

(다) 대상자가 할 수 있는 일은 스스로 하도록 격려하면서 도와준다.

(라) 가스레인지, 난방기구 등으로 인한 화재를 조심한다.

(마) 대상자의 생활공간은 본인의 습관에 맞추어져 있으므로 반드시 대상자가 원하는 것이 무엇인지 제일 먼저 파악하고, 대상자가 자주 사용하는 물건의 위치를 이동시켰을 경우 변경된 위치를 확실히 알 수 있도록 대상자에게 반복, 설명해 준다.

(바) 짧은 시간 일하더라도 업무 시작 전에 일의 순서를 정하여 진행하고, 서비스 수행 시 무리한 요구라고 생각되는 내용은 사례회의를 통해 기관에서 합의하여 서비스를 조정하고 공동으로 대응하여 업무 통일성을 높여갈 수 있도록 한다.

(사) 세제 등을 사용할 때 알뜰하게 사용하고 청소 후 손을 깨끗이 씻는다.

(아) 유니폼이나 앞치마를 사용한다.

(2) 물품 및 주변 정돈

주변 정리정돈을 위한 물건 이동 시에도 대상자의 동의를 얻은 후에 이동하고, 귀중품의 정리정돈은 대상자의 책임 하에 하며, 대상자가 할 수 있는 일은 스스로 하도록 격려하면서 도와준다. 대상자의 의사를 분명하게 파악하여, 천천히 의복이나 불필요한 물품을 정리한다. 외부환경의 변화에 빨리 대처하지 못하는 대상자에게 계절과 기온의 변화에 따라 요구되는 물건을 수납 정리하여 이용하기 편하게 한다.

3. 의복관리 계획

① 친환경적 의생활 실천

1. 친환경적 의생활의 의미

- (1) 의복의 생산에서 폐기까지의 전 과정에서 환경을 고려하는 것을 의미한다.
- (2) 섬유 생산자가 섬유를 생산, 가공할 때 유해 약품을 적게 사용하고, 섬유 소비자는 의복 소비를 줄이며, 재활용을 통해 환경을 생각하는 것이다.

2. 친환경적 의생활의 실천

- (1) 천연 소재 및 재활용 가능한 섬유로 만들고, 친환경 염료, 천연 가공제를 사용하기
- (2) 지나친 의복 소비를 줄이고, 세제를 적게 사용하기
- (3) 옷 고쳐 입기와 재활용을 통해 나눔과 절약 실천하기
- (4) 오래 입을 수 있는 슬로 패션을 생산하고 구입하기

3. 의복 관리

(1) 섬유와 옷감의 이해

(가) 섬유

1) 천연섬유

- 면섬유: 목화에서 얻는 면섬유는 알칼리에 강하여 물세탁이나 표백이 가능하다. 흡습성이 크고 구김이 잘 생긴다.
- 마섬유: 식물의 줄기에서 얻으며, 강도가 크고 흡습성이 좋다. 통기성이 있어 여름철 의류에 많이 사용된다.
- 모섬유: 동물의 털 중 양모와 캐시미어가 가장 많이 쓰인다. 따뜻하고 발수 성이 있으며 해충에 약하다. 물세탁에서 축융하므로 드라이클리닝 해야 한다.
- 견섬유: 누에고치에서 얻으며, 광택과 촉감이 우수하다. 햇빛에 약하고 드라이클리닝을 해야 한다.

2) 인조섬유

- 재생섬유: 천연 펄프와 린터로 만들어 흡습성, 흡수성, 광택이 우수하여 혼방 재료로 많이 사용한다. 레이온과 아세테이트가 있다.
- 합성섬유: 질기고, 구겨지지 않으나 흡습성이 적어 정전기가 일어남. 열가소성이 있어 주름을 가공한다. 나일론, 폴리에스터, 아크릴, 폴리우레탄이 있다. 폴리우레탄은 신축성이 우수하여 신축성을 요하는 의류에 쓰인다.

(나) 옷감

- 1) 직물: 날실과 씨실을 직각으로 교차시켜 짠 것으로 셔츠, 양복, 손수건 등을 만든다.
- 2) 편성물: 한 가닥의 실로 연속적인 고리를 만들어 엮은 것으로 내의류,

스웨터, 카디건, 양말, 장갑 등을 만든다.

3) 부직포와 펠트

- 섬유를 넓게 펴 얹히게 해서 만든 것으로 올 풀림이 없다.
- 부직포: 합성 섬유로 만들어 인테리어, 필터, 기저귀, 생리대에 쓰인다.
- 펠트 : 양모로 만들어 의류 재료, 모자에 쓰인다.

4) 얼룩의 종류와 얼룩빼기

얼룩의 종류	얼룩빼기 방법
검	얼음으로 얼려서 긁어낸 후, 남은 얼룩은 아세톤으로 녹여 낸다.
주스, 커피	찬물에 쉽게 제거되나, 색소가 남으면 암모니아수로 처리한다.
혈액	찬물로 얼룩을 뺀 후 무즙으로 문지른다.
볼펜, 잉크	벤젠이나 알코올로 제거 후 세제로 씻는다. 물파스를 발라 주기도 한다.
김치국물	양파즙으로 문지르고 하루 뒤에 세탁한다.
식용유, 버터	탈지면 등으로 흡수한 다음 벤젠으로 닦아 낸다. 벤젠은 세제 액으로 세탁한다.
먹	먼저 세제 액을 문힌 다음, 밥풀을 손가락으로 문질러 밥풀에 먹이 옮겨가도록 하고, 세제 액으로 되풀이하여 씻어 낸다.
페인트	수성 페인트는 세제액으로, 유성 페인트는 유기 용제를 문혀 두드리면 대부분 제거된다.
접착제	아세톤을 문혀 두드려 뺀다.
립스틱	가벼운 얼룩은 고무지우개로 문질러 빼내고 유지와 왁스는 유기 용제로 씻어 낸 뒤 세제 액을 문혀 두드리고, 색소가 남으면 표백한다.

(2) 의복의 손질

- (가) 의복 손질을 잘하면 수명이 길어진다.
- (나) 외출에서 돌아오면 먼지를 털고 냄새를 제거한다.
- (다) 얼룩을 살피고 종류에 따라 즉시 제거한다.
- (라) 솔기, 단, 단추 등을 살펴 간단한 것은 바로 수선한다.

(3) 세탁

(가) 물세탁

1) 세제

비누는 천연 유지를 원료로 만든 알칼리성 세제임. 합성 세제의 주성분은 계면 활성제이며, 중성 세제, 다목적 세제가 있다. 중성 세제는 모, 견에, 알칼리성 세제는 그 외의 섬유에 사용함.

2) 세탁 방법

- 애벌빨래는 세탁 효과를 높인다.
- 세탁물의 온도: 35~40도로 세탁물을 너무 많이 넣으면 세탁 효과가 저하된다.
- 세탁기 세탁의 순서: 취급 표시를 살펴보고, 세탁물을 섬유, 색상별로 분류함. 섬유의 특성, 오염 정도에 따라 물의 온도, 세탁 시간 등 세탁 조건을 설정한다. 섬유의 종류와 양에 따라 세제를 선택하고, 세탁물에 세제가 직접 닿지 않도록 물에 세제를 완전히 녹여 세탁한다.

- 손세탁 방법: 견, 얇은 블라우스, 레이스 제품은 가볍게 흔들어 빨고 견, 모, 레이온은 주물주물, 면은 비벼 빨아야 한다. 와이셔츠나 청바지 등 오염이 심한 곳은 솔로 문질러 빨고 담요나 커튼은 밟아 빨아야 한다.

3) 세탁 후 처리

마지막 행구는 물에 섬유 유연제를 사용하기도 하며, 식초를 물에 희석시켜 사용하기도 한다. 표백제는 섬유 특성에 맞는 것을 선택하도록 한다.

(나) 드라이클리닝

- 1) 석유계 용제나 드라이클리닝 용제로 오염을 제거하는 세탁 방법이다.
- 2) 견, 모, 레이온 제품, 염료가 빠지기 쉬운 제품, 가공 처리 제품, 변형 가능한 신소재 제품은 드라이클리닝을 한다.

(다) 다림질

- 1) 옷에 열, 습기, 압력을 주어 옷 구김을 펴는 등 모양을 바로잡기 위해 필요하다.
- 2) 옷감이 늘어나지 않도록 누르듯 다리면서 올을 바로잡는다.
- 3) 양모와 합성 섬유는 번들거림을 방지하기 위해 형걸을 덮고 다린다.
- 4) 견 섬유는 물을 뿌리면 얼룩이 생기므로 마른 상태로 안쪽을 다린다.
- 5) 다림질 순서는 옷에 따라 다르나 솔기, 주머니, 안감을 다린 후 날실 방향으로 다린다.
- 6) 와이셔츠의 다림질 순서: 소매 커프스 → 소매 → 칼라 → 요크 → 뒤편 → 앞판

(4) 의복의 보관

- (가) 폴빼기와 다림질 후 해충과 곰팡이 방지를 위해 습기 없는 곳에 보관한다.
- (나) 가끔 거풍을 하고, 모 제품은 방충제를 넣어 보관하여야 좀을 예방한다.
- (다) 편성물은 개켜서, 그 외의 옷은 걸어 보관한다.
- (라) 서랍장에 보관할 때는 돌돌 말아서 부피를 줄이고, 칸막이를 이용하여 같은 종류를 한 눈에 볼 수 있도록 한다.

(5) 옷 고쳐 입기와 재활용

(가) 옷 고쳐 입기

- 1) 형태를 변형하기
입지 않는 옷의 형태를 변형하여 입을 수 있음. 청바지로 짧은 바지나 카고 바지, 스커트, 가방 등으로 형태를 변형한다.
- 2) 덧단 대기와 단 늘리기
짧아진 바지는 덧단을 내거나 덧단을 대어 길이를 늘릴 수 있다.

스커트에는 레이스를 덧달기.

3) 장식품 이용하기

핫픽스, 와펜, 장식끈, 스팅글, 비즈, 단추 등을 활용하여 낡은 옷에 새로운 느낌을 줄 수 있다.

핫픽스 붙이기: 입지 않은 카디건을 준비함 → 핫픽스로 장식한 후 다림질을 함 → 카디건을 완성함.

4) 염색과 전사지 이용하기

얼룩이 묻은 부분이나 단순한 옷에 변화를 줄 수 있다.

- 천연 염색하기: 염색할 티셔츠를 준비함 → 치자를 끓인 물에 훌치기를 한 티셔츠를 담가 둬 → 감은 실을 풀어 물에 행군 다음 건조시킨다.
- 전사지를 올려놓고 다림질하여 꾸민다.

(나) 의복의 재활용

- 1) 입지 않는 셔츠로 사탕 베개, 카드 지갑, 주머니를 만들 수 있다.
- 2) 입지 않는 스웨터를 잘라 터틀넥을 만들 수 있다.

4. 의복서비스 제공

① 의복관리

1. 의복관리

(1) 기본원칙 및 주의사항

더러워진 의류를 방치하면 악취가 발생하고, 흡수성과 보온성이 저하되며, 발진이나 가려움 등의 원인이 되므로 속옷은 매일 교환하는 것이 바람직하다. 의류 세탁 시에는 행굼을 충분히 하여 햇빛에 말린다. 의류는 잘 건조된 것을 입도록 한다. 새로 구입한 의류는 한번 세탁한 후 사용하고, 감염이 의심되는 대상자의 의류는 다른 의류와 구분하여 세탁한다.

입지 못하게 된 의류를 버릴 때에는 대상자에게 미리 양해를 구하며, 잠옷은 세탁하기 쉽고 내구력이 있으며 감촉이 좋고 땀을 잘 흡수하는 것이 좋다. (예: 얇은 빛깔의 면 소재이고, 쉽게 벗을 수 있는 간단한 모양, 품이 넉넉하고 편한 것이라야 한다.) 같은 종류의 의류는 세탁방법 및 옷감의 종류를 구별하여 세탁물 보자기에 넣고 얼룩이나 더러움이 심한 의류는 즉시 세탁한다. 더러워지면 옷을 즉시 갈아입도록 여벌의 의류를 준비해서 보충해 둔다. 같은 종류의 옷은 변형되지 않게 접어두고, 평소에 잘 입는 옷은 꺼내기 쉽도록 서랍의 앞쪽에 정리해 둔다. 단추가 떨어졌거나 옷이 뜯긴 자리가 없는지 점검하고, 필요한 경우에는 수선해 두고 모직물에는 방충제를 넣는다. 의류를 찾는 데에 어려움이 없도록 보관 장소를 고려하여 수납하되 반드시 대상자에게 장소를 명확히 알려주거나 적어 둔다.

2. 침상 청결관리

(1) 기본원칙 및 주의사항

- (가) 대상자의 생활공간은 각자의 습관에 맞춰져 있기 때문에 반드시 대상자의 동의를 얻은 뒤에 정리정돈 한다. 정리 후 물건은 제자리에 둔다.
- (나) 대상자가 걸려 넘어지지 않도록 전기 코드 등 발에 걸리는 물건은 잘 치운다.
- (다) 불필요한 물건이나 쌓여있는 물건은 손이 닿는 높이로 정리하고, 대상자가 필요로 하는 물품이나 간병에 필요한 물품은 손이 닿을 수 있는 위치에 둔다.
- (라) 물건을 찾기 쉽게 정리하고 들어있는 물건의 이름을 적어서 수납 장소를 알기 쉽게 한다.
- (마) 침상 주변을 정갈하게 정리정돈 하여 생활의 활기가 생기도록 한다. 방은 습기가 차지 않고 공기가 깨끗하며 조용하고 햇빛이 잘 비치는 남향이나 남동향이 좋다. 겨울에는 전기난로 등의 보조 난방 기구를 갖추어 두고 실내가 너무 건조해지지 않도록 가습기 등으로 습도를 조절하고, 대상자의 동의를 구한 후 3~4시간마다 창문이나 문을 열어 환기를 한다.

(2) 침구의 정리

(가) 시트를 교환한다.

시트는 길이, 폭 모두 요(매트리스)의 밑에 접어 넣을 수 있는 크기를 사용하고, 재질이 두꺼운 것, 풀을 뽀뽀하게 먹인 것, 재봉선이 있는 것은 피부를 자극하여 욕창의 원인이 되므로 주의한다. 일어나지 못하는 대상자는 몸을 굴려서 침구를 반듯하고 팽팽하게 펴주고, 3~5일에 한번은 건조하고 청결한 시트로 바꾼다. 더러워졌을 경우에는 수시로 교환하고, 교환 중에는 먼지가 발생하므로 환기에 유의한다.

(나) 이불을 소독 건조한다.

자주 햇볕에 말려 일광소독을 하면 자외선에 의한 살균 효과가 있다. 이불을 건조시키면 면이 팽창하여 보온성이 증가한다. 건조시간은 오전 10시부터 오후 2시가 가장 좋으며 양모, 오리털 등의 이불은 그늘에서 말린다. 담요나 이불 등은 적어도 한 달에 한번 씩은 세탁·교환한다.

(다) 이불을 펴는 위치를 바꾼다.

동절기에는 매트리스와 요를 겹쳐 깔거나 혹은 요 2장을 겹쳐 깔아 보온이 되도록하고, 이불을 바닥에 직접 펴는 경우 수시로 펴는 장소를 바꾼다. 더러워지기 쉬운 부분은 방수포를 사용하고, 기저귀 교환이나 배설을 할 경우 필요한 위치에 반 흡이불과 방수포를 깔아서 더러워지면 그것만 교환한다. 침상에서 식사를 할 때에는 앞치마나 비닐과 수건 등을 겹친 것을 깔아서 더러워지는 것을 방지한다.

(라) 매트리스, 모포, 베개를 소독한다

매트리스나 요는 너무 폭신하면 몸이 푹 파묻히고, 자세가 나빠지며, 피로해지기 쉬우므로 침구의 특성에 맞추어 사용한다. 베개의 높이는 척추와 머리가 수평이 되는 것이 좋다. 폭은 어깨 폭에 20~30cm를 더하고, 딱딱한 정도는 기호에 따라 달리하고, 이불이나 베개는 2개씩 준비하고 교대로 사용하여 청결을

유지한다. 매트리스, 모포, 베개는 필요할 때마다 소독한다. 전염성 있는 감염자의 경우, 모포에 커버를 씌워 커버만 매일 교환한다. 베갯잇도 매일 교환한다. 베개는 메밀껍질을 넣어서 씻을 수 있는 것도 있는데 씻은 후에는 충분히 건조시킨다.

3. 세탁하기

(1) 기본원칙 및 주의사항

(가) 세탁방법은 대상자의 습관과 결정을 존중하여 선택한다.

세탁물의 상태를 확인하여 간단한 수선(예: 단추달기 등)이 필요한 경우 수선 후 세탁하고 세탁물의 상태로 실금이나, 하혈 등 건강이상이 있는지 확인하고 이상이 있는 경우 간호사에게 보고한다.

(나) 세탁기가 없는 대상자의 가정을 방문하여 세탁을 할 경우 손빨래가 불가능하면 세탁물을 수거하여 세탁한 후 다음 방문 시 제공한다.

(다) 세탁시간은 10~20분이 적당하며 섬유의 종류와 오염의 정도에 따라 조절된다. 의류의 손상은 세탁시간에 비례하여 커지므로 오염이 심할 때에는 불림세탁이나 부분세탁을 병용하는 것이 좋다. 세탁 시간이 길다고 때가 잘 빠지는 것은 아니다.

(라) 세탁물은 옷간의 종류와 색상, 세탁방법에 따라 분류하여 세탁한다. 세탁방법에 따라 손빨래, 세탁기 빨래, 드라이클리닝으로 구분한다. 세탁방법과 세탁물에 따라 알맞은 세제를 선택하고 적당량만 사용하도록 한다.

(2) 세탁 후 관리

(가) 의복정리

건조가 끝난 의복류는 손으로 매만져서 용도별, 가족별로 반듯하게 개켜 놓는다. 가사노동을 능률적으로 하기 위하여 의복을 분류해 놓으면 편리하다.

1) 용도별 분류

가정에서 사용하는 의복은 의복류, 침구류, 주택 장식용 식물(커튼, 테이블보, 방석 커버) 등으로 분류한다. 의복은 외출복과 평상복으로 나누고 다시 부속품, 소품, 양말 등으로 분류한다. 철이 지난 의복은 불박이장이나 옷장, 서랍장, 상자 등에 찾기 쉬운 방법으로 정리해 둔다.

2) 가족별 분류

가족에 따른 의복도 용도별로 분류해 두면 필요할 때 찾기가 편리하다.

(나) 다림질

다림질은 착용 중 또는 세탁 후 생긴 구김살을 없애고 필요한 부분에 주름을 세워 의복의 형태를 정비하는 것이다. 다리미가 앞으로 나갈 때는 뒤에 힘을 주고 뒤로 보낼 때는 앞에 힘을 준다. 다림질 후 습기가 남아 있으면 구김, 변형이 되므로 완전히 건조시키도록 한다. 수분이 필요한 다림질에는 먼저 분무기로 고르게 전체에 물을 뿌린다. 풀 먹인 천은 좀 낮은 온도에서 재빨리 다림질하고, 스프레이식 풀을 사용할 때는 다리미를 갖다 대지 말아야 한다.

(다) 보관하기

의복을 보관하기 전에 물세탁 또는 드라이클리닝을 하여 오염을 제거하고, 누렇게 변색된 것은 표백한다.

1) 건조

의복은 해충의 피해나 곰팡이에 의해 손상되고 보관 중 변질, 변색되는 수가 있으므로 2시간 이상 직사광선에 쏘인다. 햇볕에 변색될 우려가 있는 것은 바람이 잘 통하는 그늘에서 건조시키거나 다림질을 하여 건조시키도록 한다.

2) 거풍하기

오랜 보관이나 장마로 인해 의류나 침구가 눅눅해졌으면 건조하고 맑게 갠 날 바람이 잘 통하는 그늘에서 거풍시킨다. 그러나, 맑게 갠 날이라도 비가 막 그친 후에는 지면에서 습기가 올라오므로 거풍시키기에는 적합하지 않다.

3) 방습제 사용

양복장이나 서랍에 방습제를 넣은 용기를 두면 습기가 차는 것을 방지할 수 있다. 방습제에는 실리카겔이나 염화칼슘 같은 것이 사용된다. 김이나 과자류 같은 식품 포장 안에 많이 사용되는 실리카겔을 모아 두었다가 사용해도 되는데 청색의 실리카겔은 흡습하면 분홍색으로 바뀌고 다시 건조시키면 청색으로 변한다. 염화칼슘은 의류용으로 시판되는 것이 있다.

4) 방충제 사용

모 섬유나 견 섬유와 같이 흡습성이 큰 천연섬유는 높은 온도와 습도에서 해충의 피해를 받기 쉬우므로 보관할 때는 방충제를 넣어 주는 것이 안전하다. 방충제에는 장뇌, 나프탈렌, 파라디클로로벤젠 등이 있다.