

家庭での制服の洗い方

菅公学生服株式会社 カンコー学生工学研究所 未来創造チーム 山下 千明

1. はじめに

2020年から流行している新型コロナウイルス感染症は、学校制服へも影響をもたらしています。これまで、制服に「清潔性」は必要な要素でした。防汚性、防臭性や消臭性など、思春期の子どもたちが気になる汚れやニオイに関する「清潔性」を保つ要素はすでに付加されていました。しかし、新型コロナウイルス感染症が蔓延し、その求められる「清潔性」の中に更に「抗菌性・抗ウイルス性」が求められるようになってきました。菅公学生服株式会社（以下、カンコー）では、子どもたちの健康のため「抗菌性・抗ウイルス性」の高い商品開発を進めていますが、感染へのリスクを軽減するひとつとして、定期的な制服の洗濯をおすすめしています。近年、家庭で洗える制服のニーズは高まっていますが、型崩れやシワ、縮みなど日常の洗濯物と同じ洗濯方法で失敗しないか、家庭洗濯時の不安も大きいようです（図1参照）。

ここでは、家庭で「洗える制服・洗えない制服」と「洗い方のポイント」について、ご紹介していきます。

2. 近年の「洗える制服」の採用状況

①2017年～2021年の「洗える制服」採用傾向

2017年から2021年の5年間で、新しく制服を導入された学校～延べ663校（カンコー納品分）～のうち、627校（94.6%）が洗える制服を採用されています。図2の年度別採用状況の2021年だけで見ると、118校のうち洗えない制服の採用はわずか1校のみで、ほぼすべての学校が洗える制服を採用されています。

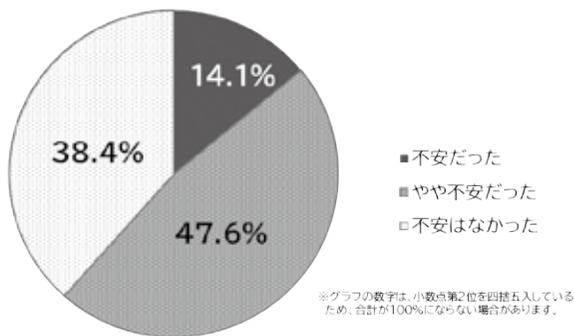
これまで、日本国内で主に採用されている制服デザインのうち、紺色で採用の多いセーラー服やブレザー制服は「深い色合

い」や「風合い」「仕立て映え」などウールならではの良さを評価されることが多く、そのためウール混率の影響で、家庭では洗濯ができない制服が採用されていました。しかし近年では、次項で説明している「お手入れが簡単」な制服であることのニーズが高まり、多くの学校が「洗える制服」を採用されるようになりました。

②「洗える制服」増加の要因

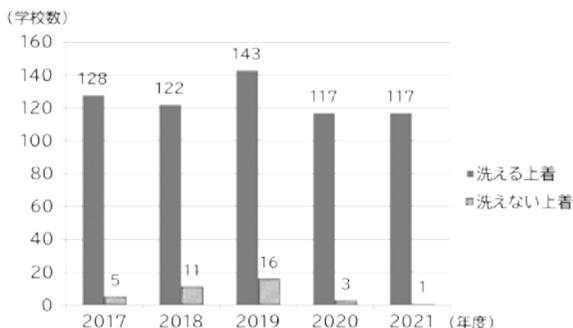
要因はいくつか挙げられます。1つ目は徐々に増え始めていた共働き世帯の増加です。これは2015

Q:制服を家庭の洗濯機で洗う際、不安はありましたか。



調査対象:制服を家庭の洗濯機で、洗ったことのある
中学・高校生の子どもを持つ母親633人
実施時期:2020年11月

図1 カンコーホームルーム Vol.184 冬制服の家庭洗濯の実態



2017年～2021年の「洗える上着・洗えない上着」の採用状況
図2 過去5年間の洗える上着の年度別採用校数
(カンコー納品分)

Q:制服(冬物上下)の洗濯・クリーニングでお困りのことは、どのようなことですか。(複数回答)

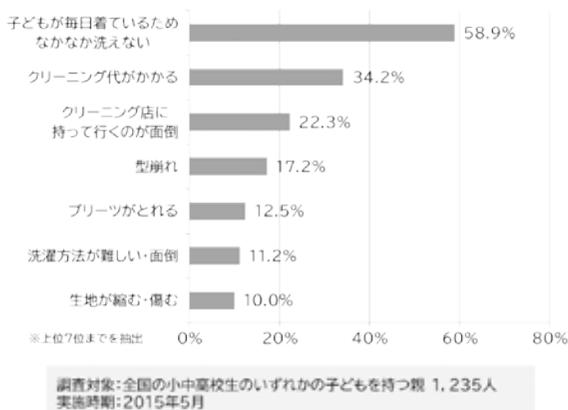


図3 カンコーホームルーム Vol.117 制服の洗濯・お手入れの方法

年以降から更に増加し、2019（令和元）年には1985（昭和60）年当時の約3倍に増加しています^[1]。これにより家事にかかる時間の短縮や経済性などを重視するニーズが高まり、制服においても手軽にお手入れが可能な洗える制服のニーズも高まってきました。

2つ目はPM2.5などの大気汚染による環境の変化も影響しています。洗濯物を外に干せないことで部屋干しをするため、更に乾きやすさや清潔性のニーズも高まってきました。近年の新型コロナウイルス感染症の流行もこの清潔性のニーズの高まりに拍車をかけています。学校制服は毎日着るものだからこそ、見た目に分からない汗や皮脂などの汚れ、その蓄積した汚れからニオイやシミの原因になり、最近ではウイルスの付着も心配されていることなどが「洗える制服」増加の要因と考えられます。

③「洗える制服」のメリット

制服の洗濯を行う場所について、自宅派・クリーニング派どちらかのアンケートでは「自宅派」(56.6%)、「クリーニング派」(43.4%)で、2018年の調査では、家庭の洗濯機で制服を洗濯しているという人の方がやや多い結果でした。また、図3の制服の洗濯・クリーニングで困っていることを調査した結果、「子どもが毎日着ているため、なかなか洗えない」や「クリーニング代がかかる」「クリー

ニング店に持って行くのが面倒」などクリーニングに関することが多く挙げられました。

「洗える制服」には3つのメリットがあります。1つ目は「清潔性」です。「洗える制服」にすることで、汚れが付着してしまっても、洗濯で洗い流すことで、制服を清潔に保つことができます。また、近年の新型コロナウイルス感染症の感染へのリスクも軽減されることが期待できます。そして2つ目が「経済性」です。クリーニング代がかからないので「経済性」もメリットのひとつです。3つ目は「耐久性」です。

「洗える制服」は、素材・縫製共に、厳しい自社基準をクリアした製品です。素材は、色落ちや縮み・破れなどを起こさないか、耐光・洗濯・引張・摩耗・伸縮などの試験をクリアしたものだけを使用しています。縫製面では外観品質を保っているか製品での連続洗濯試験や着用試験を行います。「洗う」というのはそれほど耐久性が必要なことになるため、素材の選定から始まりたくさんの項目を検討して作られています。何度洗っても色あせせず、型崩れしにくい、長くキレイに着用していただける「耐久性」もメリットのひとつです。

3. 「洗える」「洗えない」の認識の違い

①洗濯機で洗える制服、手洗いできる制服

「洗える制服」と言っても、家庭での洗濯方法は異なります。方法は主に3種類。1つ目は、「洗濯乾燥機」による洗濯。最近では、全自動で乾燥まで行える洗濯乾燥機もありますが、必ず洗濯のみのコースをお選びください。これは制服も体操服も一緒に、乾燥機にかけると熱の影響で、縮みや型崩れ、スカートであればブリーツがとれるなどの原因となってしまいます。2つ目は、「タテ型・ドラム式洗濯機」による洗濯（＝マシンウォッシュャブル）。マシンウォッシュャブル対応制服は、素材と縫製共に洗濯耐久性に優れた方法で生産しています。ウール混率が高くても特殊な構造の糸を使用してい

[1] 出典：内閣府ホームページ「令和2年版男女共同参画白書」共働き世帯の増加

https://www.gender.go.jp/public/kyodosankaku/2020/202009/202009_02.html



図4 制服の洗濯絵表示タグ(上着)

たり、防縮加工(生地が縮まない加工)を施したりすることで縮まず、風合いが保て、マシンウォッシュャブルに対応した素材になります。また、制服は紺や黒の濃い色が多いのですが、他の洗濯物への色移りを防ぐため、ウォッシュャブル対応の生地は洗濯堅牢度の厳しい基準をクリアした生地のみを使用しているので、安心して洗濯していただけます。更に縫製では洗濯機の機械力に耐え、型崩れしないよう、芯地の選定、力のかかる部分への補強、裏地内でのホツレ・ヨレ防止など様々な工夫を施しています。3つ目は、「手洗い」による洗濯。手洗対応制服は、縫製仕様がマシンウォッシュャブルに対応していても、生地が対応していません。ウール混率が高いもの(50%以上)でマシンウォッシュャブルに対応していない場合、洗濯機で洗ってしまうと、生地が縮む・生地が傷む・風合いが固くなる・色移りが起こる・シワが取れにくくなる、などが起こる可能性があります。このように、「洗える制服」と言っても、洗濯方法が異なってきますので、洗濯絵表示のタグの確認が必要です(図4参照)。

ご存知の通り、2016年から国内アパレル製品の洗濯絵表示が変更となっています。繊維製品のグローバル化が進み、日本でも外国製品を手にすることも多く、世界標準に合わせることで消費者が混乱することもなくなりました。しかし、これまでの絵表記では日本語の表記が入っており、直感で分かる絵表記だったのが、新しい表記では見慣れない記号が多く、また種類も2倍近く増えたので、その表記に戸惑っている消費者の声も耳にします。

カンコーではそのような声にお答えするため、様々な方法で洗濯絵表示の見方を説明し、制服の洗濯方法を発信。ホームページでは、洗濯表示記号の

新旧対比の説明、家庭での洗濯方法やお手入れ方法などを紹介しています^[2]。YouTubeのカンコーチャンネルでは、動画で制服の洗濯方法やお手入れ方法を分かりやすく、詳しく説明しています^[3]。また家庭科の授業の題材として、子どもたちへ洗濯のノウハウを学ぶことができる「洗濯魔法BOOK」を配布したり、「お洗濯実演動画DVD」に新しい洗濯絵表示の説明も加えて配布したりと、様々な方法で伝える工夫をしています。

③洗いに注意が必要な制服アイテム

洗濯機で洗えない制服について、素材や縫製仕様については前項で説明しましたが、他にも注意すべき制服アイテムがあります。まずはスカートです。制服のスカートにはプリーツがあるデザインが多く、「マシンウォッシュャブル」対応のスカートは、そのまま洗濯機で洗えますが、洗い方や干し方には注意が必要です。

そのためプリーツをキレイに保ちたい時は、手洗いがおすすめです。洗濯機で洗うこともできますが、脱水の際、強い遠心力がかかってしまうため、干す際にしっかりと形状を整えることが重要です。干し方のポイントは、次項で紹介します。

次にネクタイ・リボンです。制服に使われるネクタイ・リボンは、手洗いをすすめています。ネクタイ・リボンの生地のほとんどは、生地のタテ方向に対して斜め45度で裁断(バイアス裁断)されています。それによって伸縮性が良く、結び目が作りやすく、さらにゆるみにくくなりますが、反対に生地が伸びやすく型崩れがしやすいため、洗濯機で洗濯をすると、型崩れしてしまいます。またネクタイにおいては、形状を保つための芯地が入っているものがほとんどですが、表の生地と接着や縫い付けがされていないものが多く、洗濯することで生地の中で芯地が歪み、ヨレやシワの原因となります。

次はシャツです。シャツの場合、制服で多く使われている素材は、綿とポリエステルで構成されているものが多く、ほとんどの場合洗濯機で洗うことができます。しかし、中には綿100%のシャツ素材も採用されることがあります。風合い重視など理由は様々ですが、その理由の一つに「アレルギー対応」があります。化学繊維に弱い肌を持つ子どもへは、

[2] カンコー学生服 公式ホームページ <https://kanko-gakuseifuku.co.jp/>

[3] カンコー学生服 公式 YouTube「カンコーチャンネル」 <https://www.youtube.com/user/kankochannel>

個別で対応しています。綿100%の素材は、そのまま洗濯機で洗うと縮みが発生したり、シワが取れにくくなったりする場合がありますので、洗濯方法の確認が必要です。

最後にコートです。制服で採用されるメルトンなどの素材は、紡糸糸を縮絨したのち起毛させた、フェルトの様な厚手の毛織物です。その他、ナイロン素材でキルティング加工したものもありますが、これらは基本的にはクリーニングをおすすめしています。家庭で洗ってしまうと、縮んでしまったり、風合いが固くなってしまったり、またキルティング



図6 洗い方に注意が必要な制服アイテム

加工のものは中で綿がヨレて型崩れしてしまうなど、元に戻せなくなってしまうことがあるので、こちらも洗濯絵表示のタグを確認してお手入れ方法を選択する必要があります。

④ イージーケア性の高い最新の制服情報

近年、制服でもニット素材を使用した、着心地の良さや動きやすさを重視したニットブレザーやニットシャツの採用が増えています。一般に制服で使われる織物素材よりも、シワになりにくいため、お手入れが楽です。ストレッチ性が非常に高く、制服を長時間着用している子どもたちにストレスフリーな着心地が大変好評を得ています。このニット素材を使用した制服はマシンウォッシュャブルに対応しています。制服として必要な洗濯耐久性の基準をしっかりとクリアした生地や縫製を施しており、安心して洗濯していただけるのでおすすめです。

4. 「洗える制服」洗い方のポイント

それでは家庭で制服を洗濯していただく際の7つのポイントをご紹介します。

① 分け洗い

デザインや素材でも異なりますが、基本的にはタオル・下着・靴下など汚れがひどい衣類や、色落ちしやすいデニム・色の濃い衣類などとの分け洗いをおすすめします。この後の洗剤選び、洗い方（水温や水流の強弱）などが影響してきます。

② 前処理

汗や皮脂汚れ、食べ物のシミなどがある場合は前処理をおすすめします。汚れ部分に「液体洗剤」

乾燥方法		
現行表示		旧表示
	家庭でのタンブル乾燥ができます。 80℃上限の高温乾燥です。	お取扱いの注意事項として記載されています。「タンブラー乾燥はしないでください」など。
	家庭でのタンブル乾燥ができます。 60℃上限の低温乾燥です。	
	家庭でのタンブル乾燥はできません。	
	吊干し乾燥ができます。	吊干し乾燥ができます。
	ぬれ吊干し乾燥ができます。	+

繊維製品品質表示規定の改正内容より抜粋

ドライクリーニング		
現行表示		旧表示
	パークロロエチレン溶剤または石油系溶剤でのドライクリーニングができます。	パークロロエチレン溶剤または石油系溶剤でのドライクリーニングができます。
	パークロロエチレン溶剤または石油系溶剤でのドライクリーニングができます。 弱い処理	弱い洗い・洗濯不可 +
	石油系溶剤でのドライクリーニングができます。	石油系溶剤でのドライクリーニングができます。
	石油系溶剤でのドライクリーニングができます。 弱い処理	弱い洗い・洗濯不可 +
	ドライクリーニングはできません。	ドライクリーニングはできません。

図5 直感で分かりにくくなった洗濯絵表示の例（一部抜粋）



図7 お洗濯の準備（前処理）

「部分洗い洗剤」「液体酸素系漂白剤」などを塗布し、5分程おいてから洗濯すると汚れ落ちの効果が上がります。泥汚れの場合、水のみで予洗いをすると繊維の奥に泥が入り込む可能性があります。液体洗剤を塗布しての予洗いが効果的です。血液がついている場合、水温が高いと血液中のたんぱく質が固まって取れにくくなります。40℃以下の水ですすいでから液体洗剤や液体酸素系漂白剤を塗布してください。

③洗濯ネット

洗濯ネットを使用すると制服を傷めない、シワになりにくいなどの効果があります。洗濯ネットのサイズは、大きすぎると洗濯槽の中で衣類が動き、シワや型崩れの原因になります。また小さすぎると衣類の重なりが多くなる分、汚れ落ちにも影響します。洗濯ネット1枚に1着、衣類のサイズに合ったネットを選んでください。制服は全てたたんで洗濯ネットに入れると型崩れやシワの発生が抑制されます。ブレザーなど上着の前ボタンは外して入れると、シワを軽減できます。スカートやスラックスのファスナーは閉めて入れることで、ファスナーの引っ掛かりによる生地への傷みや型崩れの抑制につながります。ニットセーターやベスト・カーディガンなどはマシンウォッシュ対応の製品であっても毛玉が全く発生しない訳ではありません。製品を裏返しにしてから洗濯ネットに入れていただくことで毛玉がでにくくなります。

④洗剤選び

制服は長期間、毎日のように着用する衣類のため、洗剤は「おしゃれ着用洗剤」をおすすめしています。おしゃれ着用洗剤は色あせ・型崩れ・シワ・毛玉の発生などを抑制する効果があります。おしゃ

れ着用洗剤によっては摩擦などでひじやひざ・お尻の部分におこる「テカリ」を軽減する製品もあります。テカリは、摩擦などにより繊維の表面が平らになることで発生します。繊維保護成分が含まれる洗剤で洗うことで、平らになった繊維をほぐし、テカリを軽減する働きがあります。また保護者の方から「柔軟剤」は使用して良いかというご質問をいただくことがあります。柔軟剤は使用いただけますが、洗剤と柔軟剤を混ぜるとお互いの効果を打ち消しあってしまうので、洗濯機で使う場合は、柔軟剤投入口に入れてください。柔軟剤には衣類をふんわり仕上げたり、いい香りにしたり、静電気の発生を防ぐなどの効果がありますが、柔らかくなった制服の摩耗強度が落ちることもありますので、注意してご使用ください。

⑤洗剤の量

洗剤は適量を超えると洗浄力がほとんど変わらなくなります。洗剤を過剰に使用すると、洗剤だけでなく、すすぎに使用する水の量も増えてしまうため、経済的にも望ましくありません。洗剤の容器に記載されている適量をご確認の上、使用してください。

⑥洗い方（洗濯コース）

水温は40℃以下、弱水流のコース（洗濯機によって名称が異なり、ドライクリーニングコースやおうちクリーニングなどとなっている場合もあります）を選んでください。

⑦干し方

洗濯後の乾燥では、干す場所と干し方のポイントをご紹介します。まず干す場所について、ほとんどの製品は陰干しをおすすめしています。これは色あせなど防ぐことが目的ですが、陰干し・部屋干しではどうしても乾燥に時間がかかってしまいます。湿った状態が続いた衣類からはイヤなニオイがする場合があります。ニオイの原因は、洗濯の時に落としきれなかったわずかな汚れが化学的に変化することや、菌による作用が考えられます。干している時に菌を増やさないコツは、早く乾かすことです。また、早く乾かすことはシワや型崩れの抑制にもつながります。

干す場所のポイントは、①風の通り道を選ぶ。②部屋干しの場合は、窓際・壁際を避け、部屋の中央に干す。③部屋干しの場合は、扇風機やエアコンで湿った空気を循環させる。④洗濯物の間は「こぶし



図8 上着の干し方



図9 スカートの干し方



図10 講義の様子

大間隔」を空ける。⑤複数の洗濯物を角ハンガーに干す場合は、「アーチ干し」…角ハンガーの両端に長い洗濯物を吊るし、中央に向かって短い洗濯物を吊るす。

続いて製品別の干し方のポイントをご紹介します。ブレザーなどの上着は、型崩れを防止するため、厚みのあるハンガーをおすすめします。厚みのあるハンガーがない場合は、肩の当たる部分にタオルを巻いてハンガーに厚みを出すと代用できます。袖口に重し代わりにタオルを巻いて入れると型崩れやシワを軽減することができます。

スラックスやスカートは、早く乾くように風の通り道を作って、ウエスト部分を筒状に止めて干すと効果的です。スラックスは裾にも重し代わりにタオルを入れる、スカートはタテ方向に引っ張りながら、プリーツのシワを伸ばして干してください。

シャツはシワをたたいて伸ばしてから干してください。襟を立てて干すと布の重なりが減るので早く乾きます。ボタンも開けて干すと風が通りやすくなり早く乾きます。

ニットセーターやカーディガンはハンガーで干すと肩にあとがついたり、伸びて型崩れしたりする可能性があります。水分を含んでニットの重みで伸びないように、平干しをおすすめします。平干しができない場合は、袖を下にたらしないように、身頃と一緒に竿にかけて干してください。

制服の干し方については、カンコー学生工学研究所の特設サイトでも紹介していますのでご参考ください^[4]。

5. 生徒を対象にした出張お洗濯授業

カンコーではライオン(株)快適生活研究所^[5]

[4] カンコー学生工学研究所特設サイト 型崩れさせない、制服の上手な干し方。

<https://kanko-gakuseifuku.co.jp/lab/contents/howtodry/>

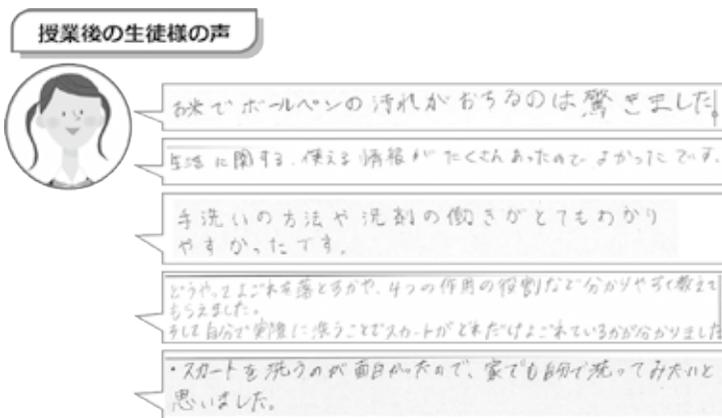


図 11 授業後の生徒様の声

に協力いただき、全国各地の学校で家庭科教育サポートを実施しています^[6]。子どもたちにとって最も身近な衣服である制服の洗濯方法を通じて、子どもたちの「自立力・生活力」を高めるための出張授業を行っています。スライドを基にクイズや実験を交えながら、実際に制服を手洗いすることで正しい洗濯方法について学ぶことができます。講義の内容では、洗剤の種類や汚れを落とす仕組みについて、簡単な実験を通して紹介していきます。

また洗濯表示についても説明し、洗う素材に合った洗剤選びや洗濯方法について紹介、衣類を長持ちさせるコツや洗濯で迷った時の対処法など、これから社会に出て自身で生活していく時に実生活で役立てることができる授業を行っています。生徒たちには、実際に説明を受け、それを実践することによって、今後自分でも実践してみようという意欲を高めることができます。また実際にお洗濯授業を体験した生徒からは、「思ったよりも簡単に洗うことができたので、家でもできそうだった」という意見や「日頃自分で洗濯をしないので、洗濯をする大変さが分かりました」「いつもはクリーニングに出しているものも、手洗いできるものは挑戦してみた

い」などの声を頂いています（図 11 参照）。

カンコーでは、この出張授業を資格制度化し、ライオン（株）快適生活研究所共同企画の洗濯授業講師として、知識・技能を習得した社員を「制服お手入れアドバイザー」とし、現在約 90 名のカンコー社員が資格取得しております。今後も更にアドバイザーを増やし、全国各地の生徒たちへ洗濯授業を実施していきます。

以上、家庭で「洗える制服・洗えない制服」と「洗い方のポイント」について、紹介させていただきました。制服はそれぞれの学校のオフィシャルウェアとしての役割と共に、社会での着装マナーを学ぶ教材としての役割も持っています。ほぼ毎日着続ける制服が「清潔」であることは必須ですが、汚れていなくても、シワだらけ・傷みのひどい状態の制服では生徒たちの「清潔感」を損ねてしまいかねません。私たちカンコー学生工学研究所は、3年間を共に過ごす制服を大切に扱ってもらうための洗い方やお手入れ方法を、たくさんのお子もたちに伝えると共に、その意義や目的もしっかりと伝えていきます。

[5] ライオン（株）快適生活研究所 <https://lidea.today/>

[6] 菅公学生服株式会社 公式ホームページ お洗濯実践授業 https://kanko-gakuseifuku.co.jp/solution/lesson_wash