

3Hの予防習慣

家庭に潜むリスクの予防、毎日続けよう。

BOO!

あなたはちゃんと洗えてる？

手洗い診断

～ハロウィンバージョン～

手を洗わないとイタズラしちゃうぞ！

→ YES
→ NO

START

感染症予防の
基本は手洗いだ！

家に帰ったら
真っ先に手を洗う！

アルコール消毒が
一番大切！

手洗いの手順を
知っている！

洗った後は、時間を
かけてしっかりすすぐ！

毎回必ず
石けんを使う！

いつも手首まで
ちゃんと洗う！

手が荒れないように
ケアしている！

ハンカチは毎日
取り替えている！

手洗いは必ず
二度洗い！

手洗いは
15秒以上！

手を洗ったふりを
したことがある…

A

B

C

D

予防習慣の情報をより詳しく知りたい方は、公式HPをご覧ください。安全安心な暮らしを守るためのお役立ち情報を多数掲載しております！

Web Site



For your
Kitchen Hygiene
キッチン用除菌スプレー

木製の食器や
まな板も
しっかり除菌！

キッチンの衛生管理お悩みチェック！

- 清潔に保っているけど除菌できているか不安
- 小さな子供がいるから菌が気になる
- まな板除菌が面倒くさい
- 木製の食器も除菌したい
- 肉も野菜も切る包丁って洗うだけで大丈夫？
- 排水溝の除菌でシンクを傷めたくない！

2つ以上チェックが付いた方におすすめ！

SEE MORE



さきしま

咲洲こどもEXPO 2021

～Think SDGs 笑顔がつながる、未来をつくる～

11/13(土)・14(日)

会場：ATC&さきしまコスモタワー

入場無料

楽しいイベントが盛りだくさん！

『咲洲こどもEXPO』とは？

行政・企業・学校が一体となって、大阪の未来を担うこどもたちの想像力を育み、こどもたちのチャレンジを応援する地域活性化プロジェクト。2021年のテーマは「未来に役立つこと」。

さくらいふが
ブース出展します！

好きな絵を描いて
オリジナルマスクチャーム
をつくろう！

*各日先着50名様

※新型コロナウイルス感染症の状況によりイベントの開催を中止とする可能性があります。
※定員(5,000人/日)に達した際は入場を制限させていただきます。

3Hの予防習慣 Hygiene Health Hazard

2021年10月号

発行・・・イカリ消毒株式会社さくらいふ推進室

発行人・・・黒澤尚子

編集、制作・・・イカリ消毒株式会社さくらいふ推進室

〒542-0076 大阪府大阪市中央区難波5-1-60

なんばスカイオ15階

TEL : 06-6636-2741

お問い合わせは
こちらから！



さくらいふちゃん四コマ

作：さくら・IF・イカリ

『サクラいふちゃん』
キレイ好きなサクラの妖精。

『天使ちゃん』
サクラいふちゃんの良心。

『悪魔ちゃん』
サクラいふちゃんの邪心。

水を大切に

手を洗っているあいだは、水を止めたら？

すぐ終わるしいーじゃん！

そーだ、そーだ！

よくないよ！

1分間出しっぱなしにすると約12Lの水を使うんだよ！

え！そんなに！？

2Lペットボトル6本分ってこと…？

もったいない…

節約もしつつ、しっかり手を洗おう！

環境にもおサイフにも優しくしたいね♪

手洗い診断結果

A のあなたは...
手洗いマスター！

あなたの手洗いは完璧！手順をこなし、二度洗いを実践されているあなたはとても貴重な存在です。周りの皆さんにも、マスターの手洗いを広めましょう！

あなたにオススメ！
さくらいふポスター

B のあなたは...
あと1歩！

あなたの手洗いは完璧までもう1歩！ハイレベルな洗浄を実践できています。手洗いの手順を確認して、手洗いマスターを目指しましょう！

あなたにオススメ！
手洗いRAP

C のあなたは...
ちょっと心配

あなたの手洗いは、しっかりと汚れを落としきれしていないかもしれません。もう少し時間をかけて洗い、十分に汚れを落とすことを意識してみましょう。

あなたにオススメ！
なぜ手洗いは大事なの？

D のあなたは...
見直そう！

あなたの手洗いは見直す必要があります。面倒かもしれませんが、手洗いはあなたの健康を守る大切な手段です。まずは、手洗いの目的を知ることから始めましょう。

あなたにオススメ！
実は奥深い！「手洗い」のあれこれ

10月15日は"世界手洗いの日"

ということで、普段の手洗いを見直してみよう！



アルコール消毒が一番大切？

実は、手洗いとアルコール消毒はそれぞれ目的が違っているよ。

- 手洗い
手指についた汚れや有機物などを取り除く
- アルコール消毒
手指についた菌を短時間で減少させる

だから、手洗いもアルコール消毒もどっちも大切！
手洗い→しっかり乾燥→アルコール消毒
という順番を心掛けよう！

手首までちゃんと洗う！

手首は洗い残しのしやすいポイント！反対側の手のひらで手首をつかんで、くるくると回すように洗おう。その他、**爪先や指の付け根**も洗い残しの多いところだよ。注意して洗おう。

手洗いは必ず二度洗い！

60秒の長い手洗い1回よりも、10秒の短い手洗い2回の方がバイキンが落ちる、という実験結果があるんだよ。おすすめは、**(石けんで10秒の手洗い+15秒のすすぎ)**を2回繰り返すこと。やってみてね！

毎回必ず石けんを使う！

水だけの手洗いだと、手に付着している汚れや微生物を十分に洗い落とすことが出来ないよ。**必ず石けんを使い、しっかりと泡立てる**ようにしよう。

ハンカチは毎日取り換えている！

ハンカチなどの布タオルは**微生物の温床になりやすく、繰り返して使用すると二次汚染の原因になるよ。**毎日新しいものを使おう！

洗った後は、時間をかけてしっかりすすぐ！

すすぐ時間が足りないと、せつかく浮き出てきたバイキンが洗い流されず、**むしろ手の表面に広がってしまう**ことがあるよ。しっかりと洗い流そう！

毎年10月15日は「世界手洗いの日」

不衛生な環境や生活習慣を強いられ、下痢や肺炎にかかって命を失う子どもたちが、年間で約150万人もいます。もしせっけんを使って正しく手を洗うことができれば、年間100万人もの子どもの命が守られます。正しい手洗いを広めるために、この日が定められました。

【参考文献】
●丸山務 (監) (2014)、『食中毒・感染症を防ぐ!!食品を取り扱う人のための衛生的な手洗い』、公益社団法人日本食品衛生協会。
●厚生労働省HP「新型コロナ対策 身の回りを清潔にしよう。」<https://www.mhlw.go.jp/content/000645543.pdf> (2021年9月17日アクセス)。