

Let's try  
毎日はみがき

お子さま向けコンテンツ配信中!

さくらいふのHPでは、めいろ、ぬりえ、点つなぎ、カレンダーなどが無料でダウンロードできます! ぜひお子さまと一緒に遊んでみてくださいね!

洗面所に貼って  
使ってね!



歯みがきポスター以外に、手洗いや防災のポスターもあるよ。おうちに飾って予防習慣に取り組んでね!



ダウンロードは「さくらいふ」から!



10  
2022

楽しく予防しよう!  
ママ&キッズ × さくらいふ

10  
2022 Oct

Take Free  
ご自由に  
お持ち帰りください  
毎月発行

Follow Us



enjoyobou

10/15は世界手洗いの日!  
みんなの手洗いは大丈夫??



Enjoy Sustainable

フードロスを防ぐ~お買い物編~

スーパーやコンビニで必要のない食材まで購入していませんか? 冷蔵庫の中身を把握して、必要なものだけを購入するようにしましょう! 空腹時のショッピングは無駄が増えてしまうかも! ? 計画的に買いましょうね!



#Sakulife\_Style

手洗いは  
楽しいは  
続けるコツ  
予防で一句

日々を健康に過ごすためには、絶大な効果がある手洗い。なのに、気が付くとおろそかになっていく。そんな手洗いをちゃんと続けるには、楽しく取り組むこと! さくらいふちゃんと一緒に、毎日の手洗いを楽しく行いましょう。さくらいふのホームページでは「楽しく予防しよう」をテーマに、コンテンツ配信しています。ぜひチェックしてください!



Next Issue

11月号

秋は衣替えの季節!  
衣類を食べる虫を紹介



HPの最新情報は  
こちらから!



enjoyobou

配布 & 設置場所募集中!

お気軽にご連絡ください!



Botanical care for your house.  
Sakulife おうちの衛生管理を整えるショップはこちら!  
https://sakulife.official.ec/

最新情報は、さくらいふのTwitter、Instagramでご確認ください!



ご意見・ご感想は  
こちらからお願いします→



IKARI イカリ消毒株式会社 LC

©2022 さくらいふ IKARI SHODOKU CO.,Ltd. JAPAN

2022年10月号  
発行・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5-1-160  
電話06-6636-2741

さくらちゃんとらいふくんの  
やってみよう!  
~水を大事にしよう!~



## 親子で楽しく予防衛生



10/15は世界手洗いの日!

## みんなの手洗いは大丈夫??

一日に何度も行う手洗いですが、みなさんはしっかりと洗えていますか?せっけんを使った手洗いは、自分の体を病気から守る最もシンプルな方法です!この機会に、毎日の手洗い習慣を見直しましょう!

子どもたちに正しい手洗いを!

## 『世界手洗いの日』ってこんな日!

世界では、せっけんを使って正しく手を洗うことができないために、多くの子どもが命を失っています。私たちの生活には、当たり前にある水やトイレ、そして食事...それらが不足し、**不衛生な環境**や生活習慣を強いられることが原因です。

予防できるはずの病気にかからないために...多くの命を守る方法である**せっけんを使った正しい手洗い**を広めるため、毎年10月15日が世界手洗いの日として定められました!

日本でもたくさんのイベントが行われています。みなさんも一緒に、正しい手洗いを広めていってくださいね!



## 指先は汚れが残りやすい! Oh No!

手洗いの際、指先や爪は汚れが残りやすい箇所です。そして、アルコール消毒をするときに爪が長いと、手指や爪下に菌が残り、消毒の効果が減ってしまいます!適切な長さに切って爪を衛生的に保ちましょう。

### 爪切りポイント

▶▶▶ 爪を短く切りましょう!爪先の白い部分はすこし残すようにしてください。

▶▶▶ 入浴後など、爪先の白い部分が柔らかい状態のときに切るのがお勧めです。

爪先の白い部分には、手足の指先の皮膚を保護する役割があります。切りすぎると指先の皮膚が荒れる、ひび割れる恐れがあるので、気をつけてください。

切りすぎ  
注意!

## これで安心! 手洗いの“やるべし”5

### 1 セッケンで洗うべし!

手洗いはせっけんを使うことで、確実に効果が高まります。水で洗い流すだけでは、見た目の汚れは落ちているように感じて、バイキンは残ってしまいます。せっけんはしっかりと泡立てて使しましょう!



Soap

### 2 丁寧に洗うべし!

手を洗うときは、洗いやし場所だけではなく、手の甲や爪などもきちんと意識して洗うようにしましょう。洗い残しのないように右の図も併せて確認してくださいね!



● 最も洗い残しをしやすい部分  
● やや洗い残しをしやすい部分

### 3 時間をかけてすすぐべし!

せっけんの泡の中には、バイキンがいっぱい!すすぎが不十分だと、かえって手にバイキンが広がってしまいます。すすぎは20秒以上、泡が見られなくなり、せっけんのぬめりが感じられなくなるまで行いましょう!子どもたちとは、歌を歌ったり、秒数を数えたりしながら楽しくできるといいですね。

Rinse

### 4 濡れた手はちゃんと拭くべし!

乾いた手と比べると、濡れた手はバイキンがとともつきやすい状態です。さらに、手が濡れていると、次に行くアルコール消毒の効果も薄れてしまいます。手洗後は、きれいなタオルで拭きましょう。お出かけの際はハンカチを忘れずに!

### 5 洗った後は消毒すべし!

みなさん、手を洗った後にアルコール消毒はしていますか?手洗いを十分にしても、バイキンをすべて落とし切ることはできないのです。指の先から手のしわまで、丁寧にすり込んで、手に付着しているバイキンをやっつけましょう!



Clean

5さい さくらちゃん と 3さい らいふくんの

## やってみよう!

~水を大事にしよう!~

さくらちゃんとらいふくん、毎日ちゃんと手洗ひできてえらいね!でも水を流しっぱなしでもったいないよ



1分間出しっぱなしにすると、どれくらい水を使うか2人は知ってるかな?その量なんと...



水を無駄遣いすると水道代がもったいないし、環境にも良くないよ。水は地球の限りある資源だから、大切にしようね!

### 節水を心掛けよう!

- 水を出しっぱなしにしない。
- 米のとぎ汁で植木に水をやる。
- 食器は「たゆ洗い」。
- 油污は紙で拭き取ってから。
- お風呂から水を溢れさせない。
- お風呂の残り湯を洗濯に使う。

他にもできることは、おうちのひと考えてみてね!



お財布と地球に優しく♪



### 参考文献

- ・イカリ消毒(2009)、『食品工場必携 食品衛生べからず集』、JIPMソリューション。
- ・丸山務(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。
- ・岡山加奈・藤井宝恵・小野寺一・荒川満枝・小林敏生・片岡健(2011)、『手指消毒効果と手指細菌叢に影響する爪の長さ』『日本環境感染学会誌』26巻、5号、pp.269-277。
- ・公益財団法人日本ユニセフ協会 特設サイト「手をあらおう。手をつなごう。10/15世界手洗いの日」(<https://handwashing.jp/>, 2022年8月1日アクセス。)
- ・公益社団法人日本皮膚科学会 ホームページ「皮膚科Q&A」(<https://www.dermatol.or.jp/qa/index.html>, 2022年8月1日アクセス。)