



【ボックス 30個入り】  
大容量使い切りタイプ  
吊り下げケース付き  
【クラフト袋 18個入り】  
保管ができるチャック袋  
2点セットでお届けします！

**Sakulife**  
衣類用防虫剤 18個入り & 30個入り

100%植物由来の防虫成分のみを配合した商品です。衣類にも人にも、そして環境にも優しい防虫剤で、大切な洋服をケアしてください！

応募方法

以下のURL、または右のQRコードからアクセスしてご応募ください！  
<https://forms.office.com/r/CHAmgicH7v>



締切

2023年11月12日(日)

\*当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

プチ予防習慣

ちょっと防災



**Q** 災害時に水を節約するのにオススメの方法はありますか？

**A** ポリ袋を使ったパッククッキングがオススメです！

パッククッキングとは、耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋ごと鍋で湯せんする調理方法です。加熱に使った水が汚れないので再利用できたり、袋のまま食器によそえば洗い物を減らせたりできます。

ペットボトルのフタはOmL？

ペットボトルのフタの容量を覚えておくと、緊急時に便利です！



ギリギリまで入れて約7mL

一番上のスクリューまで入れて約5mL (=小さじ一杯)

※容器を使い回す際は、くれぐれも食物アレルギーの混入に注意しましょう。

ずぼらさん向け！虫対策

対策するのは トビズムカデ

生きている昆虫を好んで食べます。夜行性で、日中は石垣の隙間や植木鉢、枯れ葉の下などに潜んでいます。ときには、家屋に侵入することがあります。



被害

毒あごがあるため、素手で触るとかまれて激痛が走り、腫れます。動かなくなっても生きている場合があるので注意！

対策

- 棲家を与えない  
家屋周辺の落ち葉掃除や、床下の風通しを良くしましょう。
- ムカデ用殺虫剤(粒剤)をまく  
家の外周に、帯状にまきましょう。
- 壁のひび割れや隙間を塞ぐ  
パテなどで塞ぎ、侵入を防ぎましょう。

大好評連載中！ さくらいふちゃんとおさな仲間たち ほのぼの漫画 ぜひご覧ください！

次号の特集は... 「インフルエンザ」

お楽しみに！ **IKARI** イカリ消毒株式会社  
©2023 IKARI SHODOKU CO., Ltd. JAPAN

enjoyobou 11 2023

親子で楽しく予防しよう！ 11 2023 NOV  
インジョイヨボウ  
**enjoyobou**

TAKE FREE ¥0  
毎月発行

Follow Us



発行・イカリ消毒株式会社 さくらいふ推進室  
〒54210076 大阪府大阪市中央区難波5-1-160  
2023年11月号  
電話06-6663-6127



特集  
寒い季節は要チェック！  
小さな子どもの風邪予防

今月の表紙 Cover of Talk  
農園で行われていたマルシェにお邪魔した際の1枚です！寒いと言いながらも、2人ともハンモックに大喜びでずっと遊んでいました^^

さくらいふちゃん で検索！

配布 & 設置場所募集中！  
お気軽にご連絡ください！

## 寒い季節は要チェック！ 小さな子どもの風邪予防

寒くなると風邪をひきやすくなり、流行の季節を迎えます。そんな中でも元気に過ごせるように、予防のポイントをご紹介します。健康に冬を乗り切りましょう！

## そもそも「風邪」って何？

最も身近な病気である「風邪」は、正確には**風邪症候群**といいます。症候群とはいくつかの症状がまとまってあらわれる状態をいい、鼻づまりや鼻水、のどの痛み、咳、発熱といった複数の症状があらわれるものが風邪症候群です。  
**風邪の原因の8~9割はウイルス**だと考えられ、ウイルスの種類はさまざまです。病院で診察を受け、原因となるウイルスが特定されたときに「インフルエンザ」などの診断名が付きます。



enjoyobou

あそ まな  
さくらいふちゃんと遊んで学ぼう！



## 「さくらいふちゃんの**神経衰弱**」

このゲームはHPからダウンロードして遊べます！

2歳~5歳  
におすすめ

## 「さくらいふちゃんの**神経衰弱**」で遊んでみよう！

**神経衰弱** はカードを順番に2枚ずつめくり、同じ数字や絵柄のペアを探していくゲームです。カードの位置を覚えて、めくったカードの絵柄がそろえば、カードをもらうことができます。最終的に、カードを1番多くもっている人の勝ち！

「さくらいふちゃんの神経衰弱」では、さくらいふちゃんのイラストが描かれたカードを使います。イラストは、毎日を元気に過ごすために大切なことを伝えているので、遊びながら大事な習慣を身に付けましょう！HPから無料でダウンロードいただけるので、ぜひ遊んでみてください！



## 遊びのわらい

- ★ゲーム中に必死にカードの位置を覚えることで、**集中力**と**記憶力**が育ちます。
- ★複数人で遊ぶので、順番を守る・ルールを守るなどの**社会性**が身に付きます。
- ★勝った嬉しさ・負けた悔しさなどを経験し、苛立ちを抑え、徐々に**感情のコントロール**ができるようになります。

集中力

社会性

記憶力

感情の  
コントロール



HP  
HPではぬりえや迷路など、他にもたくさんの知育コンテンツを公開しています！ぜひお使いください！

## 習慣にしよう！

## 風邪予防の3大ポイント

### 手洗い

風邪予防の基本！



帰宅時は大人だけではなく、子どもたちも手を洗いましょう。理想的なのは、石けんで手を洗うこと。でもまだ上手に石けんが使えない場合は、流水で洗うだけでも効果があります。赤ちゃんの場合は、ぬれタオルで指1本1本までキレイにふいてあげてください。

しっかり  
栄養を！



### 規則正しい生活

十分な睡眠！

規則正しい生活は免疫力を高めて風邪をひきにくくしてくれます。逆に体が弱っていると、感染したときに症状が重くなってしまうおそれがあります。ふだんから、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

NG!



### 人ごみを避ける

人の多い場所に出掛けると、風邪をひくリスクが高まります。予防のためには、無用の遠出は避けたほうが安心です。特に免疫力の低い赤ちゃんは、できるだけ人ごみに連れて行かないようにしましょう。



安心できる  
環境で過ごそう！

## こんなことにも注意しよう！

### 室温 に注意！

子どもが活動している時は20℃、寝ている時は23℃が目安です。こまめに室温を調整しましょう！

### 湿度 に注意！

空気が乾燥するとウイルスが飛散しやすくなるため、**加湿器**などを使い**湿度は60%以上**に調整しましょう。

### 汗をかいたら 着替え！

冬でも運動後は汗をかきます。汗が冷えると体温を奪い、体調を崩す原因に！こまめに着替えましょう。

### 換気 をしよう！

換気の目安は30分に1回！窓を開けるなどして空気の滞留を防ぎましょう。

### 自己流の 薄着 はNG!

保育園などでは薄着を推奨されますが、自己流の薄着育児は体を冷やしてしまい風邪の原因に！

### 厚着 にも注意！

寒いからといって、何枚も重ね着をさせると体力消耗の原因に。顔が赤くほてっていたら着せすぎです。

## 予防接種を受けるのも効果的！

予防接種には病気に対する免疫をつけたり、かかった際の重症化を防ぐ効果があり、国が勧奨している定期接種の他に、インフルエンザをはじめとする任意接種があります。病気にかかりにくくなるだけでなく、社会全体でも流行を防ぐための大事な手段です！家族で接種を検討してみてください。

