

夏休み体験教室

平成26年 8月 1日

手洗い大作戦



～手の汚れを測ってみよう～



京都府保健環境研究所



しよくちゆうどく なに 食中毒って何？

た もの の もの いっしょ さいきん  やウイルス  が からだ なか はい
おなか が いた くなったり、きぶん が わる くなったりすることがあります。(どく を 持つ
しよくぶつ 植物 やキノコ、そ かがくぶっしつ かせいちゆう 寄生虫、カビなどによって 食中毒
なることもあります。) さいきん 細菌 やウイルスによる 食中毒 は、て あら ぶせ 手洗いで防ぐこと
ができます。



て よご なに み 手の汚れって何？ 見えるの？



わたし たちは まいにち せいかつ の中で、て でいろいろな
ものを さわ ります。つち やほこり、て あか やた 食べかすなどの「よご」が て につくと、
それらを えいよう として さいきん 細菌 やカビなどが ばい 増えてしまいます。
て についた「よご」には、「エーティーピー」と呼ばれるものが ぶんく 含まれています。ま
た、「よご の りよう」は「エーティーピー の りよう」と ひれい 比例するため、「エーティーピー の りよう」を しら
べれば、じぶん の て の「よご」を すうじ 数字で見ることができます。

エーティーピー
A T P とは「アデノシン三リン酸」の略語で、すべての生物が持っている化学
ぶっしつ 物質です。この A T P が エーティーピー ぶんかい 分解されると、エネルギーが 出 できます。

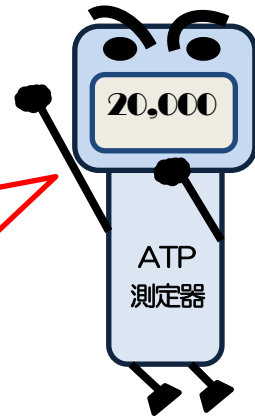


エーティーピー 数字 「ATP」の数字はどれくらい？

— 線で結んでみよう！ —

- | | | |
|---------------|---|--|
| 0 ~ 500 | ● | ● ゆか 床 |
| 3000 ~ 8000 | ● | ● いっしょうけんめいはたら 一生懸命働いている人の手、
よく使う場所 |
| 10000 ~ 30000 | ● | ● きれいなお皿やコップ |
| 30000 ~ | ● | ● テーブルやイス |

エーティーピー 数字 おお ATPの数字が大きい人は、いっしょうけんめい
はたら 働いている証拠なんだよ。すごいよね！

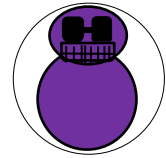


てあら まめちしき 手洗い豆知識クイズ — 正解と思うものに○をつけよう！ —

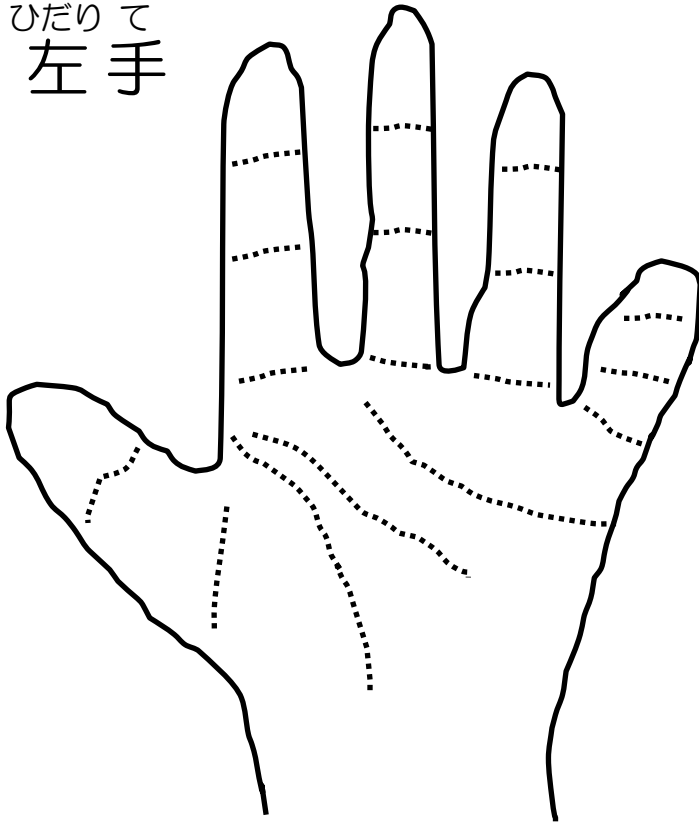
- ① せっけんはどれがいいの？
 固形せっけん 液体せっけん
- ② せっけんの量はどれくらい？
 たっぷり ふうつ 少なめ
- ③ 手洗いの時間はどれくらい？
 3分 1分 20秒

④ ④ じぶんて 自分がどこがよごれているかな？

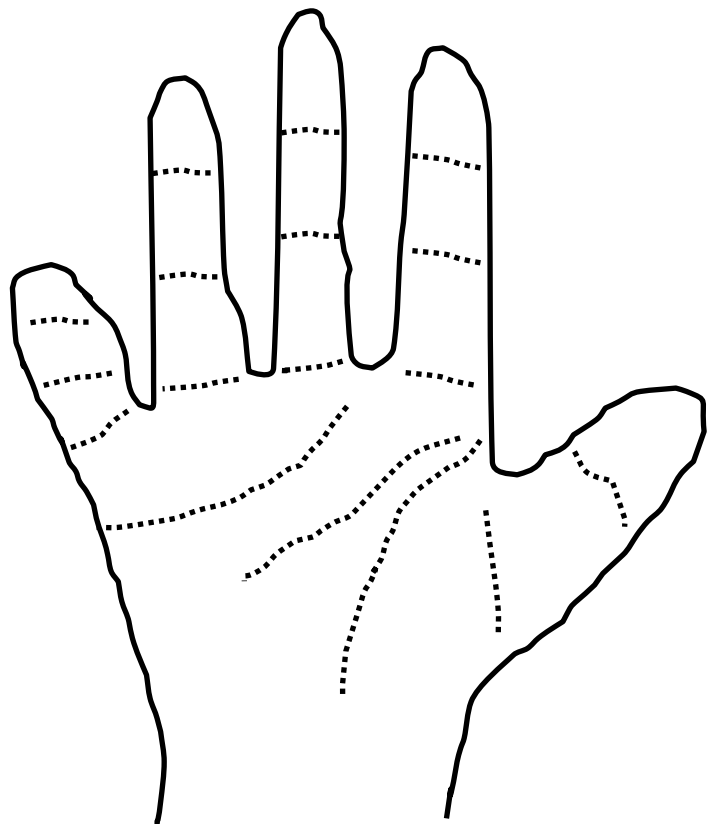
ばんよご 一番汚れていると思う部分、3 か所にシールを貼ってね。



ひだりて
左手



みぎて
右手



じっけん
実験1

エーティーピーそくていき つか て よご はか
A T P 測定器を使って手の汚れを測ろう！

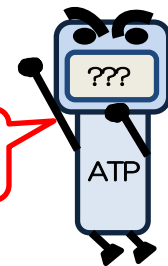
① じぶん き て ひろ
自分の利き手のひらをパーに広げる。



② せんせい て よご
先生に手の汚れをふきとってもらい、エーティーピーそくてい
A T P 測定をする。

③ そくてい すうじ きろくようし じっけん みぎよこ か
測定された数字を記録用紙の「実験1」の右横に書く。

きみはどうだった？



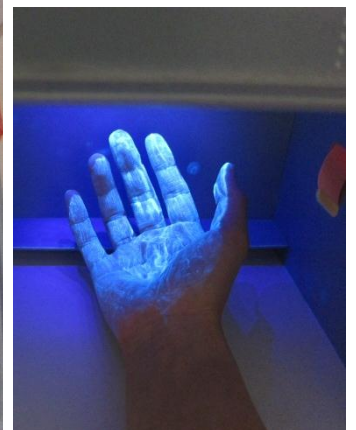
エーティーピーそくていき
A T P 測定器

実験1、2で使うよ！



てあら
手洗いチェッカー

実験3で使うよ！



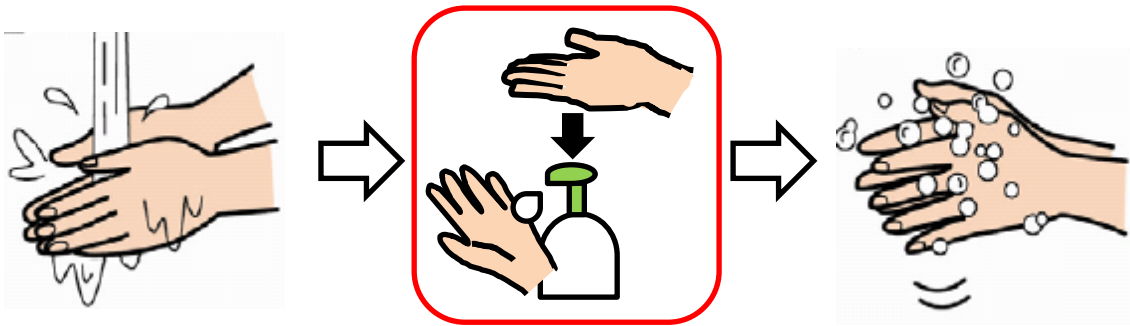
じっけん
実験2 「3回洗い」によって、
エーティーピー すうじ さ たいけん
A T Pの数字がどれくらい下がるかを体験しよう！



かいあら
「3回洗い」をやってみよう！

1 かい め
回目

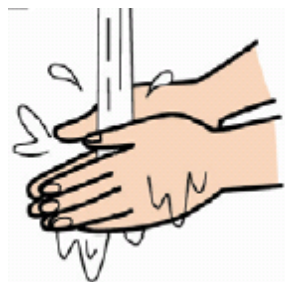
① りょうて みず
両手を水でぬらし、せっけんをつけて泡立てる。



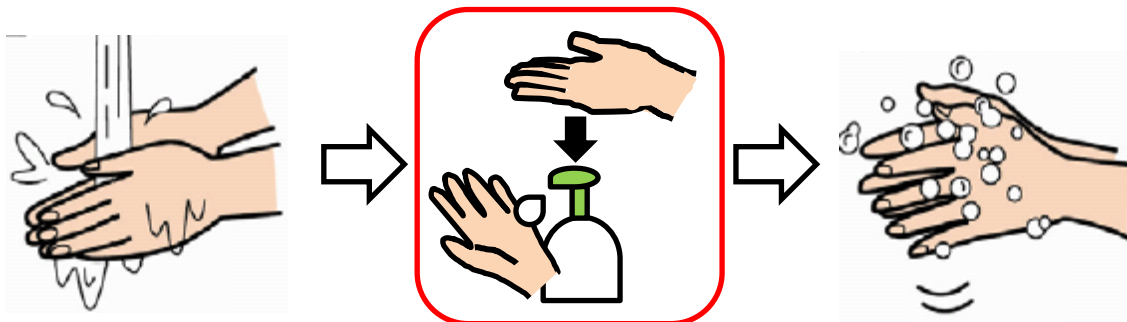
② ゆび さき
指先を手のひらでさゆう かい
て手のひらで左右5回ずつこする。そしててぜんたい あら
て手全体を洗う。



③ て のこ
せっけんが手に残らないように、みず
てぜんたい あら なが
水でしっかり洗い流す。



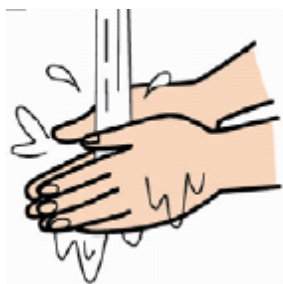
- ① ^{りょうて}両手を^{みず}水でぬらし、^{せっけん}せっけんをつけて^{あわだ}泡立てる。



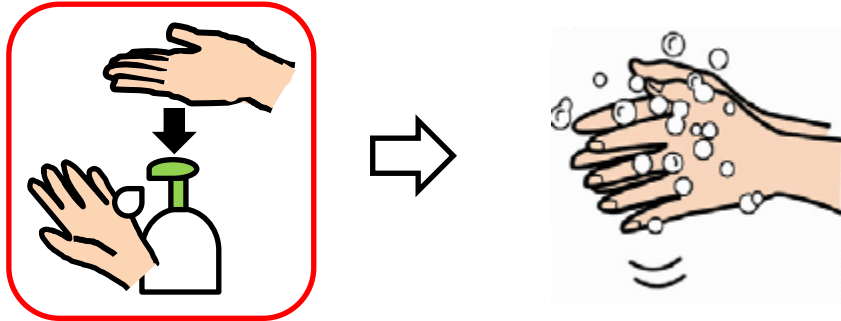
- ② ^{ゆび}指と^{ゆび}指の間^{あいだ}を^{かい}5回こすり^あ合わせる。そして手全体を^{てぜんたい}洗う。



- ③ ^てせっけんが手に^{のこ}残らないように、^{みず}水で^{あら}しっかり^{なが}洗い流す。



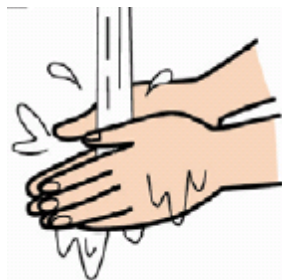
- ① おな 同じようにせっけんを手につけて、両手で泡立てる。



- ② 親指 をにぎりながら洗う。そして手全体を洗う。



- ③ せっけんが手に残らないように、水でしっかり洗い流す。



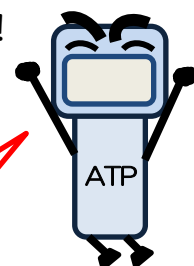
てあら あと
手洗いの後

「3回洗い」が終わったら、何もさわらずにぬれたままの手を測定しよう。

測定が終わったあとは、ペーパータオルで手をしっかりふいてね！

測定された数字を記録用紙の「実験2」の右横に書こう。

がんばったね！



「3回洗い」の効果を体験してもらえましたか？

・・・でも、本当に手の汚れは落ちたのかな？

実験3 「手洗いチェッカー」で見てみよう！

今回は、洗い残しがないか、「手洗いチェッカー」で確かめよう！

- ① 手にローションをワンプッシュし、両方の手のひらにやさしくぬり広げたら、「手洗いチェッカー」に手を入れて光っているかを見る。

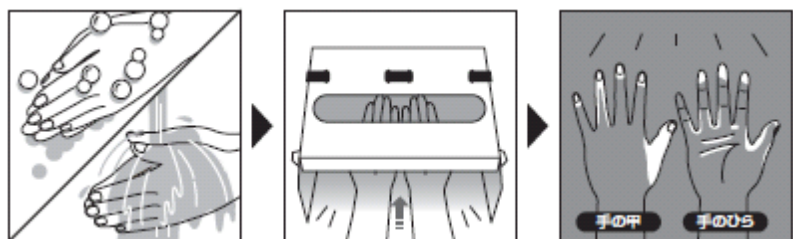


- ② 水とせっけんで「3回洗い」をする。（5～7 ページ）

3回洗いの後は、手をペーパータオルでしっかりとふく。

- ③ 「手洗いチェッカー」に手を入れて、光っている部分（洗い残し）がないかを見る。（「手洗いチェッカー」の光を直接見ないでね！）

見終わったら手を消毒しよう！



「手洗いチェッカー」

サラヤ株式会社 より引用