

# サニナビ 北九州



北九州市保健所  
東部生活衛生課  
広域食品指導係  
小倉北区馬借 1-7-1  
4階  
TEL 093-583-2048  
FAX 093-583-2044

## 手洗い特集号



秋の到来と共に、今年もインフルエンザやノロウイルスなど感染症のシーズンが到来します。加えてカンピロバクターなど食中毒にも注意が必要です。

そのような中「手洗い」は、あらゆる感染症や食中毒予防の基本であり、誰でも簡単にしかも、水が豊富な日本にとって安価で出来る最強の衛生行動です。ユニセフは毎年10月15日を「世界手洗いの日」(Global Handwashing Day)と定めています。手洗いの重要性は6年前の新型コロナウイルスの出現で、誰もが身をもって感じたのではないのでしょうか。

### 手洗い今昔物語

#### 身を清める手洗い「禊(ミソギ)」

日本の歴史において「手を洗う」という行為は、神社で参拝する前に世俗のケガレを落として神の前に出る準備をする「手水」の事でした。日本人にとって手を洗うという行為は、神様のためでありませんでした。現在も京都に「手洗い水町」という場所があります。その町名の由来は、私たちが思い浮かべる、自分のための手洗い習慣ではなく、神様のための御清めの手洗いからついたものなのです。



#### 衛生習慣としての手洗い

それでは自分ための手洗いの概念は、いつ登場したのでしょうか。それは新型コロナウィルス感染症と同じ様なきっかけでした。1853年(嘉永6年)浦賀にペリウが来航し、日本は開国へと進んで行く中で日本各地で「コレラ」と呼ばれたコレラウィルスの大流行が起こったのです。

1873年(明治6年)、内務省が新設され、新政府は海外から流入する伝染病の流行に悩まされます。その後、当時、医務局長だった「長興専齋(ながよせんさい)」が、英語の「Hygiene」(ハイジーン)の訳語として「衛生」という言葉を誕生させ「衛生局」という呼称に変更しました。

しかし、自分のための「衛生的手洗い」は、中々定着しませんでした。衛生の大合唱にようやくくだったのは、1884年(明治17年)の頃でした。いかに手洗い行動の習慣化が難しいか。

皆さんは、「コロナウィルスパンデミック」で定着した手洗い習慣はいかがでしょうか。諺の「喉元過ぎれば熱さを忘れる」になっちはいませんか?行動変容の難しさは、いつの時代も同じだったようです。

#### 日本人による日本人のための衛生学書

衛生という言葉が登場したのち、政府は初めて日本人による日本人のための衛生学書を作りました。医師向けの「陸軍衛生教程」「衛生新編」そして一般向けの「衛生学大意」。これらの著者は森林太郎で、

#### 子どもための衛生習慣

北九州市保健所には、子どもたちのためのオリジナルの手洗い歌「きたきゅう『手あらい』」があります。この曲は、北九州出身の大内義昭さんが、子どもたちの声を盛り込み作詞・作曲したもので、手のどの部分を洗うのかが分かりやすいように工夫されています。

1900年(明治33年)にも、衛生の原理を分かりやすくしようと「衛生唱歌」なるものが出来ました。作詞及び著作は、学校衛生の創始者「三島通良(みしまみちよし)」作曲は「鈴木米次郎(すずきこめじろう)」集英堂より出版、金7銭でした。

歌詞には、子どもたちへ具体的な衛生行動(腹八分目、髪の毛をこく、歯を磨く等)を教示しています。また天皇陛下を敬い、という歌詞も入っていて当時の時代背景も伺えます。なお「きたきゅう『手あらい』」は YouTube で配信しており、歌詞カードは北九州市ホームページからダウンロード可能です。



きたきゅう『手あらいうた』  
JASRAC R-1320045 無断複製禁止

「森林太郎の衛生学書三部作」と言われています。さて、その森林太郎。北九州ゆかりの超有名人。軍医であり、作家でもあった「森鷗外」です。小倉城内には森鷗外文学碑、また小倉北区鍛冶町に森鷗外旧居など、鷗外に触れることが出来ます。

#### 衛生的手洗いとは?

自分自身の身を守る手洗い「衛生的手洗い」とは、どのような手洗いでしょうか。「日常手洗い」とは、見た目の汚れを単にきれいにする、物理的に菌数を減らす手洗いです。物理的に菌数を落とす事も大切ですが、特に調理従事者、医療従事者の方は特に汚れが残りやすい箇所に注意しながら、環境から付着した病原菌を取り除く手洗い「衛生的手洗い」を行って下さい。

ポイント「洗った」と「洗えた」は違う!!です。「洗えた」とは、手のひら、手の甲、手首や親指などといった、正しい手洗いの事です。詳細は厚生労働省ホームページ

(<https://www.mhlw.go.jp/index.htm>) からダウンロード可能です。



- 時計・指輪部分
- 指先や爪の間
- 指の周り
- 親指の周り
- 手のしわ
- 手首



#### 編集後記

今月の花は、コスモスです。地球沸騰化の影響なのか、心地いい秋が段々と短くなっていくような気がします。そんな小さい秋を沢山見つけて楽しみましょう。「手洗い伝道師」