

⊕ 少ない水で清潔を保つ



少ない水で身体を拭く

材料 タオル、清拭剤

清拭剤（ドラッグストアなどで購入可能）を含ませたタオルで身体を拭くと、少ない水で清潔を保つことができます。



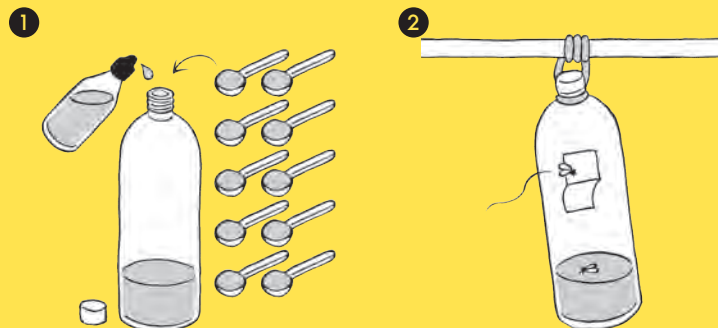
歯ブラシなしで歯を磨く

材料 ガーゼ、ティッシュペーパー

約15cm四方のガーゼ、またはティッシュペーパーを指に巻き付け、歯のざらつきがなくなるまで磨きます。歯ぐきや舌も拭い、水ですすぎます。

⊕ ハエ取り器を作る

材料 日本酒、砂糖、酢、ペットボトル、ひも、カッター



日本酒 70cc、砂糖 100g、酢 50cc をペットボトルに入れてふたを閉め、よく振って混ぜ合わせます。

ペットボトルの上の方に、3cm程度の穴を開け、ひもを付けて軒下や物干しなどにつるします。調味料のにおいにつられて入ったハエが出られなくなります。

なぜハエ取りが必要？

夏場はハエが大量発生することが想定されます。自宅はもちろん、避難所や仮設住宅の衛生環境を守るために、ハエ取りを作って駆除しましょう。

