

コロナ禍の除菌ストレスを家族みんなで解消しよう！ 「ジョッキン体操」公開！

楽曲制作は、DJみそしるとMCごはんが担当！
都内5か所の商店街や保育園での導入も決定！

全薬工業株式会社（以下、全薬工業）は、コロナ禍での除菌ストレスの解消と、こどもの除菌行動の習慣化を目的に、手洗い・うがい・除菌を啓発する楽曲「ジョッキン体操」を制作しました。ジョッキン体操の啓発動画は、10月27日（火）より、除菌ラボ公式Youtubeチャンネルにて公開します。



ジョッキン体操HP : <https://www.zenyaku.co.jp/jyokinlabo/exercise/>
ジョッキン体操本編 : <https://youtu.be/3Glq369y4j4>
振り付け動画 : <https://youtu.be/MX9DCVPluos>

コロナ禍での除菌意識調査を実施したところ、「除菌がストレスになっている」と答えた人は44.5%。中には、「離婚危機になった」と答えた方もいました。ジョッキン体操は、除菌ストレスを解消し、親子で踊って、歌って、除菌のポイントを学べる楽曲です。楽曲制作は、NHK Eテレ「ごちそうDJ」へ出演しているアーティストDJみそしるとMCごはんさんが担当。手洗い・うがい・除菌や料理前の除菌など、除菌のトピックスを何度も繰り返したくなるフレーズと、耳に残るメロディーで、ポップに歌い上げています。振り付けは、Eテレ「シャキーン！」の様々な楽曲の振り付けも手掛けるホナガヨウコさんが担当し、こどもがマネしたくなる動きがふんだんに盛り込まれた楽しい仕上がりとなりました。

本体操は、ジョッキン体操の趣旨に賛同した、全国で370カ所以上の保育施設を運営するライクアカデミー株式会社の認可保育園「にじいろ保育園」が導入のほか、巣鴨地藏通商店街や学芸大西口商店街、雑色商店街など、都内5か所の商店街での楽曲放送が決定。こどもからお年寄りまで、多くの方の除菌の習慣化へつなげてまいります。

歌詞（1番のみ）

1番

てあらい うがいを すませたら
おへやで あーそぼ！ そのまえに
ひみつの めがねで のぞいてみ（わぁ！）
はっけん！ はっけん！ バイキンキン！

おもちゃの ハコから ヘルプミー！
キレイのシャワーで たすける シュツシュツ
みるみる バイキン あたふた
キレイ さっぱり いなくなった

バイバイ バイキン ジョッキンキン！
ジョッキン ジョッキン ジョッキンジョッキン！
キレイキレイに ジョッキンキン！
ねらいを さだめて ジョッキン！

※全ての歌詞は、除菌ラボをご確認ください。

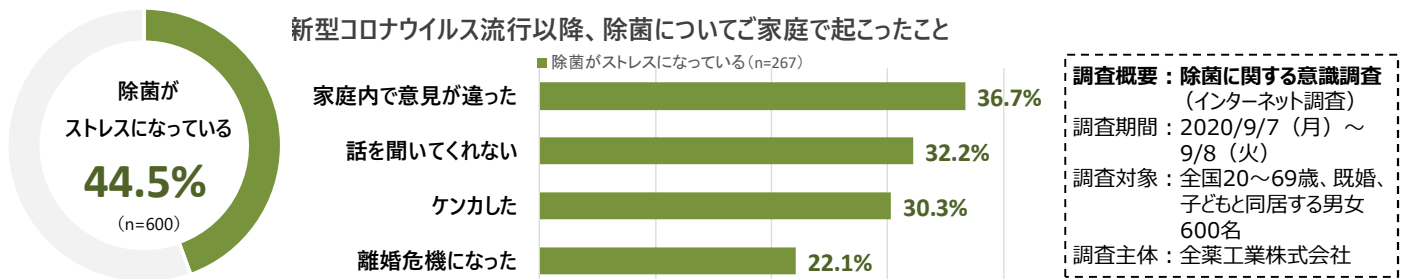
振り付け（サビ一部抜粋）



※全ての振り付けは、除菌ラボをご確認ください。

除菌ストレスを抱えているファミリーは44.5%！ストレスは子どもにも悪影響？

コロナ禍での除菌意識調査を実施したところ、「除菌がストレスになっている」と答えた人は**44.5%**。除菌ストレスを感じている人の家族内では、「家庭内で意見が違った」(36.7%)、「話を聞いてくれない」(32.2%)など、除菌によって距離が生まれており、3割は「ケンカ」(30.3%)をする事態にまで至っている結果になりました。



専門家コメント：名城大学 人間学部 准教授 畑中美穂さん

コロナ禍は、ウイルスという見えない脅威に長期間曝されるという点でも、今までにない特殊な事態と言えますが、見えないもの、未知のものによる不安や脅威は、大きなストレスとなります。私たちは、自分が受けているストレスを自覚できないことも多いため、意識的にセルフケアを行い、ストレス対処をしていくことが望ましいです。レクリエーションや運動は、日常的に行える代表的なストレス解消法であり、「(心理的な)報酬性の高さ」や「コストが高すぎないこと」などが上手な気晴らしのポイントとされています。つまり、楽しく、面白く、手軽に行える活動がストレス対処に有効です。

ご協力企業・団体

ジョッキン体操の趣旨に賛同した、370ヶ所以上の保育施設を運営するライクアカデミー株式会社の認可保育園「にじいろ保育園」で、10/27 (火) から順次導入が決定。ジョッキン体操を活用し、除菌の習慣化を園児のみなさんに伝えていきます。また、以下5か所の商店街では、10/27 (火) からジョッキン体操を商店街のスピーカーでの放送が決定。商店街に訪れる子どもからお年寄りまで、多くの方がジョッキン体操に耳を傾けることができます。

■ご協力企業・団体

- ライクアカデミー株式会社 にじいろ保育園
- 学芸大西口商店街
- 巣鴨地蔵通商店街
- 椎名町すずらん通り商店街
- 巣鴨駅前商店街
- 雑色商店街

制作者プロフィール



楽曲制作：DJみそしるとMCごはん

■コメント

子供たちが口ずさみたくなるような、明るい除菌ソングを目指しました。この曲を作るにあたり、私も特にキッチン周りの除菌について考えるきっかけになりました。家族や、園児と先生の間で「ジョッキンした？」と合言葉のように使ってもらえたら嬉しいです。

■プロフィール

「おいしいものは人類の奇跡だ！」をモットーに、トラック、リリック、アートワーク、Music Videoなどを自ら制作し、料理と音楽の新たな楽しみ方を提案する、くいしんぼうヒップホッパー。まぎらわしい名前だけど、1人。NHK Eテレにて放送されている、「音楽×料理」番組「ごちそうDJ」にレギュラー出演中。



振り付け制作：ホナガヨウコ

■コメント

こわ〜いバイキン役になったり、助けて〜ってオモチャの役になったり、なりきってやってみよう！びっくり、発見、あたふたする動きも楽しんでね！最後はジョッキンスプレーでかっこよくやっつけるよ！ゴシゴシ、フキフキ、シュッシュュ！全身いっぱい動かして挑戦してみてね！

■プロフィール

ダンスパフォーマー／振付家。

MV、CM、舞台、ライブ、雑誌等、子供向けからファッション系まで幅広い媒体において出演・振付をする。

また、映像監督や音楽制作、親子支援や企業研修における身体表現の講師を務める等、その活動は多岐に渡る。

代表作にNHK Eテレ「シャキーン！/このころみ」/「ふしぎがいっぱい(小学校5年)/ホナちゃん役」、CM「ハーゲンダッツ/新パッケージ登場篇」「ビューティービネガー美酢(ミチヨ)/美酢 収穫祭篇」、MV「ゲスの極み乙女。/だけど僕は」「ゆず/恋、弾けました。」「サカナクション/僕と花」、ライブ「私立恵比寿中学/春の嵐」等。

official site : www.honagayoko.com

Instagram & Twitter : @honagayoko

監修

監修者コメント：一般財団法人日本公衆衛生協会

当協会は、各企業の公衆衛生に関するCSR活動(社会貢献活動)を応援しています。コロナウイルスの感染から身を守るためには、マスクの着用、手指消毒、手洗い、うがいの慣行やソーシャルディスタンス(社会的距離)を保つこと、室内をいつも清潔にしておくことなど基本的な予防行動を実践することが大切です。感染症はだれでもが感染する可能性のある病気です。感染された方々への偏見や差別は二度と繰り返してはいけません。どうぞ心の距離は空けないでください。



監修コメント：小児科医師 保田典子先生

コロナにより、環境の変化でストレスを感じ、実際に、心と体の不調を訴えるお子さんも多いです。そんなときは、思い切り体を動かすことがストレス解消。ジョッキン体操は、こどもが歌いたくなる耳に残るメロディーで、一踊るだけで全身運動となるダンスが踊れます。おうちの中でも踊れるので、お子さんのストレス解消にはぴったりの楽曲です。さらに、ジョッキン体操を通じて、子どもたちが自ら除菌を習慣化できるようになれば、素晴らしいと思えます。

ジョッキン体操詳細

■ 除菌ラボ : <https://www.zenyaku.co.jp/jyokinlabo/>
除菌に関するあれこれや除菌を行う上で知っておきたい菌に関する情報など、除菌にまつわる情報が満載。お役立ち除菌コラムも随時更新中。

■ 除菌ラボ公式Youtubeチャンネル :
https://www.youtube.com/channel/UCtWZQBD8hUhEfenOeHyje-g?view_as=subscriber

■ 除菌ラボ公式Twitter : https://twitter.com/jyokinlabo_znyk



全薬工業株式会社について

商号：全薬工業株式会社

本社：東京都文京区大塚5丁目6-15

代表：代表取締役社長 橋本弘一

創業：1950年7月19日

事業内容：医薬品、医薬部外品、基礎化粧品、健康食品などの製造、販売

HP : <https://www.zenyaku.co.jp/>

動画クレジット

企画／株式会社オズマピーアール

制作／株式会社NHKエデュケーショナル／株式会社ディレクションズ

クリエイティブディレクター／登坂泰斗

コミュニケーションデザイナー／早藤優樹、大神洋輔、森夏海

プロデューサー／上田和子、村井敦

ディレクター／村井敦

アシスタントプロデューサー／石田晃人

プロダクションマネージャー／鎌田碧衣、横内拓馬

美術／山本ゆい、坂本遼

撮影／岩川浩也

撮影アシスタント／水島陽介

照明／長晃由

照明アシスタント／萩原伸博

ヘアメイク／有馬妙美

衣装／植松創地

作詞・作曲／DJみそしるとMCごはん

振付・母親役／ホナガヨウコ

アニメーション／ニク・ジャガー

父親役／向原徹

男の子役／田中琉己 (EXPG所属)

女の子役／高橋椋音 (EXPG所属)