



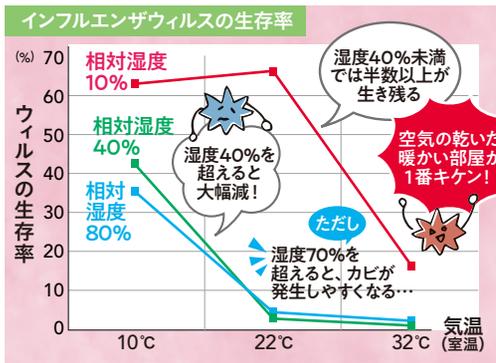
冬にウィルス由来の病気が流行しやすいのは乾燥が一因。  
対策のポイントは、体とお部屋のうるおいを保つこと！  
今回はその理由を詳しく解説します。

## 冬は体と部屋を

# うるおしてウィルス対策!

冬は、寒さによる体の負担と乾燥によるウィルスの活発化により感染症が増えやすい季節です。とくに乾燥は粘膜の防御機能を低下させ、ウィルスが体に侵入することを許しやすくしてしまいます。冬は体とお部屋をうるおわせ、しっかりウィルス対策をしましょう。

### 対策1 部屋 鼻・口・喉を加湿



ウィルスは空気中の水分をまとうと動きが鈍くなり、とくにインフルエンザウィルスは高温多湿に弱いことが知られています。部屋を暖める際は加湿器などで湿度を保つ工夫を忘れずに。また湿って重くなったウィルスは、埃にまじって床や壁にとどまりやすいため、拭き掃除をこまめに行うことも有効です。

▶ 記事の内容は疾病・感染症予防を保障するものではありません。また持病や健康に不安のある方は医師の指導のもと行ってください。

### 対策2 ちよび飲み 20分ごと 水分補給 1日8回



ウィルスは粘膜に付着すると、粘液に包み込まれ体外に排出されますが、粘膜が乾燥しているとその機能が低下してしまいます。通常成人は1日あたり1.2Lの水を飲む必要がありますが、乾燥しやすい季節はより積極的に水分補給を行いましょう。一度に飲んでもすぐに排泄されてしまうため、150mlのお水を1日8回飲むのが理想的です。



水を飲む習慣を生活に組み込み、無理なく水分補給!



News Topics

## 第17回 湘南国際マラソン | アクアクララは、世界初のマイボトル・マラソンを全力サポート!



アクアクララはサステナブルな社会の実現に向けて活動を進めています。



# Take Action, Be Better

## マイボトルで走りましょう

2022年12月4日開催の「湘南国際マラソン」では、マイボトルを使ってゴミを出さない大会を目指しています。アクアクララでは、給水所に「ゴミが出ない」リナールボトルを設置し、マイボトルへの給水をサポートします。



従来のマラソン大会では、プラスチックでできた大量のカップと、水の入ったペットボトルが消費され大量のゴミが発生。

給水ポイントではアクアクララのジャグがゴミの出ない給水をサポート!

500ml ペットボトル 約48,000本分のお水をアクアクララで提供

マイカップで! / マイボトルに!



Knorr

第17弾

# ほっとHot

キャンペーン

ぽかぽかホッとスープ温朝食!

合計 5,000 名様に当たる!

キャップシールを集めて、「クノール®」スープセット + チャプリンオリジナルグッズを当てよう!!

キャンペーン期間  
2022年 11月1日(火) ~ 2023年 1月31日(火)

マイアクアからの応募で落選された方の中から抽選で **300** 名様に当たる **Wチャンス!!**

チャプリンオリジナルグッズ

クノール® スープセット

おまけシール

※画像はイメージです

## シールを集めて応募コース

### 〈応募方法〉

対象商品のボトルキャップシール12枚、またはボトルキャップシールとおまけシールを合わせて12枚になるように「ほっとHotキャンペーン応募用紙」に貼り付け、必要事項を記入の上、「ほっとHotキャンペーン」事務局宛に送付してください。

※おまけシールは「チャプリン通信Vol.86・88・89」及び「ボトルタグ(10月中旬以降に配布)」に各1枚添付されています。(最大4枚まで使用可)

※「ほっとHotキャンペーン応募用紙」は取扱店までお申し付けください。

### 〈賞品内容〉

アクアクララ&「クノール®」オリジナルBOX(5,000名様)内容:チャプリンオリジナルグッズ(スクエアバッグ、保冷巾着トートバッグ、スープジャー、木製スプーン)&「クノール®」7種セット

### 〈応募締切〉

第1回締切日: 2022年12月15日(木) ※到着分

第2回締切日: 2023年1月31日(火) ※締切当日消印まで有効

## マイアクアでWEB応募コース

### 〈応募方法〉

アクアクララ会員サイト「マイアクア」よりウォーターボトル(12L又は7L)を期間中合計8本以上ご注文いただき、マイアクアキャンペーンページにて応募ボタンをタップしてください。(8本1口)詳細はマイアクア内のキャンペーンページをご覧ください。

※「マイアクアでWEB応募コース」へのご応募は、マイアクアからのエントリー(応募)が必要です。

### 〈Wチャンス〉

マイアクアからご応募いただき落選された方の中から抽選で300名様に、ホリデートートバッグと「クノール®」商品3種をプレゼントいたします。

### 〈応募締切〉

2023年1月31日(火) 23:59まで

### Wチャンス

マイアクア  
キャンペーンページ  
マイアクアへは  
こちらのQRから



ほっとHotキャンペーン公式サイト

<https://www.aquaclara.co.jp/hot/>

## チャプリン プレゼント

アンケートに答えて

プレゼントをもらおう!



今月の  
プレゼントはこれ!!

どれか1つを選択して応募!

プレゼント  
1 5名様



テンピュール®  
オリジナルネックピロー(M) 900g

プレゼント  
2 3名様



日本3大和牛セット  
(松坂牛・神戸牛・近江牛)  
すき焼き・しゃぶしゃぶ用

プレゼント  
3 10名様



アクアクララオリジナル  
マイバッグ

## 当選者発表

チャプリン通信 Vol.85

「エマージェンシーバッグ 15点セット」 北海道 K様 他9名 「新宿中村屋 ビーフカレー・ハヤシギフト」神奈川県 N様 他9名  
「アクアクララ オリジナルマイボトル」 大阪府 M様 他9名

## 応募方法



スマホorPCで応募!

マイアクア

[https://www.aquaclara-svr.com/campaign\\_list.html](https://www.aquaclara-svr.com/campaign_list.html)

受付期間: 2022年12月1日(木)~12月31日(土)

※専用URL又はQRコードからアクセスしてください。



ハガキで応募!

〒108-0075 東京都港区港南1丁目6-31 品川東急ビル4階  
アクアクララ株式会社「チャプリン通信」vol.88プレゼント係

※切: 2022年12月31日(土) 消印有効



### 【個人情報の取扱いについて】に同意された方のみご応募ください。

アンケートの答え、希望プレゼント賞品名、アクアクララにご登録の氏名・郵便番号・住所・電話番号・性別・年齢・取扱店名・当社サービスや製品に対する「ご意見・ご感想」をお書きいただき、マイアクア(右記のQRコード)又は官製ハガキからご応募ください。

※マイアクアからご応募の際は、希望プレゼントとアンケートの選択のみになります。※当選は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

※当選品の受取拒否、宛先不明等による返品が発生しております。会員様のご家族等、ご本人以外の方がご応募される場合はご注意ください。

【個人情報の取扱いについて】本書面のプレゼント等のお申込みによりアクアクララ株式会社 個人情報保護管理者: 営業担当役員【電話: 03-5715-7211】がお預かりした個人情報は、①プレゼント等の申込み受付処理、抽選・発送②サービスや製品のご意見・ご感想の収集・分析③業務上必要なご連絡をするため④本人から請求の個人情報の開示等に応じる為の目的に利用します。また、お預かりした個人情報の全てを個人情報の取扱いに関して記載した契約を結んでいるアクアクララフランチャイズ加盟店及び販売代理店に上記利用目的①・②・③の達成のため、直接渡し、郵送、FAX、ネットワークを通じた方法等で提供致します。なお、必要な範囲内で個人情報の取扱いを外部の委託先に預ける場合がございます。開示対象個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加・利用停止等については、弊社コールセンター【0120-331-626】までお問合せ下さい。お客様本人と確認でき次第対応いたします。