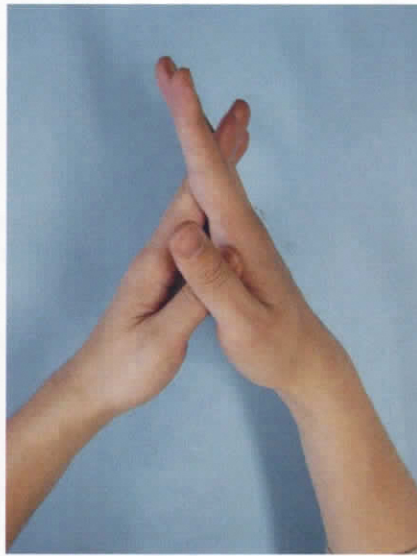


衛生的な手洗いができていますか？



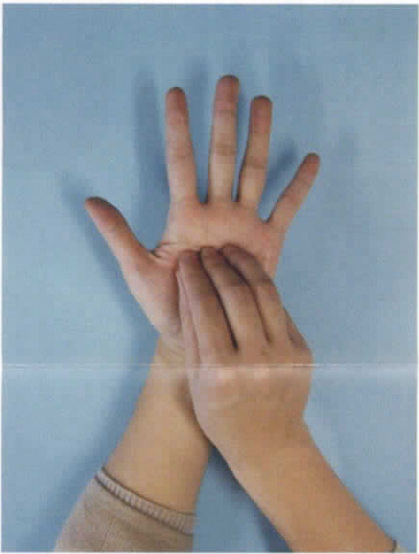
① 水で手をぬらし、
石けんをつけ、手の
平をこすり合わせる



② 両手の指の間も
こすり合わせる



③ 手の甲も、もう一方の
手の平でこすり合わ
せる(両手をする)



④ 指先もこすり洗う
(両手をする)



⑤ 爪の間の汚れを洗う
(両手をする)



⑥ 親指をもう一方の
手の平でこすり洗う
(両手をする)



⑦ 最後は手首を洗う
(両手をする)

手洗いは

まず<洗浄>

〔手順①～⑦の後、
流水で石けん分をよくすすぐ〕

を2回以上行いましょう

その後

<拭く><消毒>

を行います

～手洗いの手順～

<洗浄> (まず手についた汚れを洗い落とす)

- ① 手指を流水でぬらす
石けんまたは洗浄液をつける
手のひらと手のひらをこすりよく泡立てる
- ② 指を組んで両手の指の間をこする
- ③ 手の甲をもう片方の手のひらでこする (両手)
- ④ 指先をもう片方の手のひらでこする (両手)
- ⑤ 爪の間の汚れをもう片方の手のひらで
こすり落とす (両手)
(爪ブラシを使って指先を洗うとより効果的)
- ⑥ 親指をもう片方の手で包みこする (両手)
- ⑦ 手首を丁寧にこする (両手)

※ ここで流水を使って石けんをよくすすぐ

<拭く>

ペーパータオルなどでよく水気を拭き取る

<消毒>

消毒用のアルコールをかけて手指によくすりこむ