

できていますか？

衛生的な

手洗い



1

流水で手を洗う



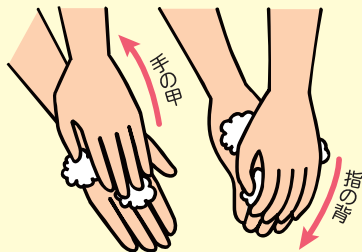
2

洗浄剤を手取る



3

手のひら、指の腹面を洗う



4

手の甲、指の背を洗う



5

指の間(側面)、股(付け根)を洗う



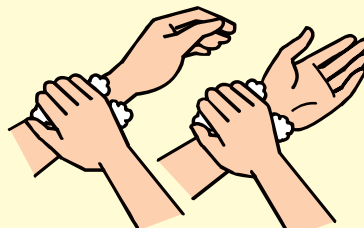
6

親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7

指先を洗う



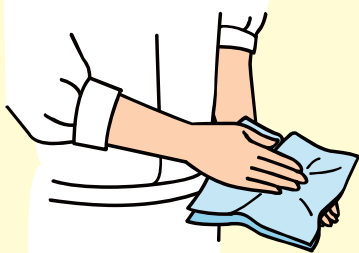
8

手首を洗う (内側・側面・外側)



9

洗浄剤を十分な流水でよく洗い流す



10

手をふき乾燥させる



11

アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です！

2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。