手を洗いましょう!



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



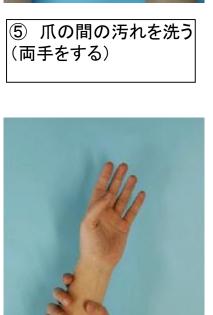
③ 手の甲も、もう一方 の手の平でこすり合わ せる(両手をする)



④ 指先もこすり洗う (両手をする)







⑦ 最後は手首を洗う (両手をする)

手洗いは

まずく洗浄>

「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 く拭く> <消毒> を行います

手洗いの手順

<洗浄>(まず汚れを洗い落とす)

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えば確実)

- ⑥親指をもう片方の手で包みこする(両手) ⑦手首まで丁寧にこする(両手)

ここで流水を使って石けん分をよくすすぐ

ペーパータオルなどでよく水気を拭き取る



⑥ 親指をもう一方の手 の平でこすり洗う (両手をする)