

正しい手洗いで感染予防



表面の汚れを落とすため流水で十分に手を洗い流す。



液体石鹸を手に適量取り出します。



液体石鹸を泡立て手のひらをこすり合わせ指の間をこする。



手のひらと手の甲で指を組み指の間をこする。(両手)



お互いの指先と爪を手のひらでこする。



親指をそれぞれネジリ洗い。(両手)



手のひらで手首の周りをそれぞれネジリ洗い。(両手)



流水で十分に手を洗い流す。



手のひら、手背、指、爪をペーパータオルで十分に水分を取る。



アルコールを噴霧して、手指に擦り込む。

汚れが残しやすいところ

- 指の付け根
- 親指の付け根
- 掌の側面 (シワ)
- 手首
- 指先 (爪)

