

最も大切な

手洗いの仕方

●Point1●

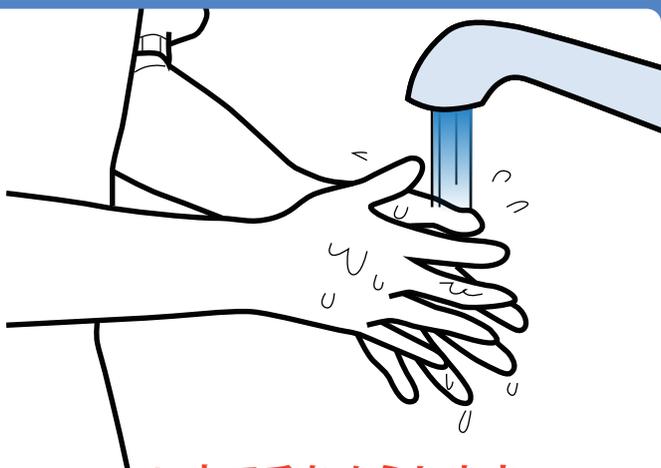
手洗いは、水で手をぬらすことから始まりますが、単に水を手にかけるだけでなく、流水で手についている汚れを落とすことを意識しましょう。こうすることで石けんがよく泡立ちます。

●Point2●

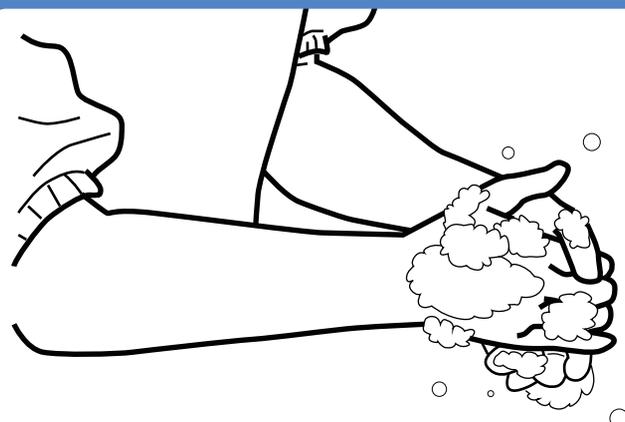
泡立ちが悪い場合は水で流して、もう一度石けんをつけて十分に泡立てましょう。

手を洗う前に

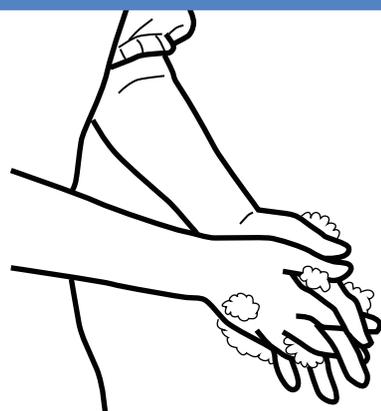
- 爪は短く切る！
- 指や時計を外す！
- 手荒れやキズがないか確認！
ある場合は、使い捨て手袋を着用



1. 水で手をぬらします。



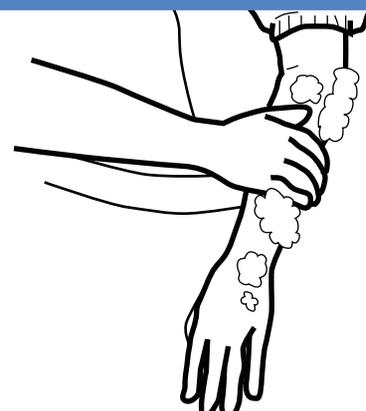
2. 石けんをつけよく泡立てます



3. 手のひら、甲、指先、指の間を洗います。(30 秒間)



4. 指の付け根を洗います。



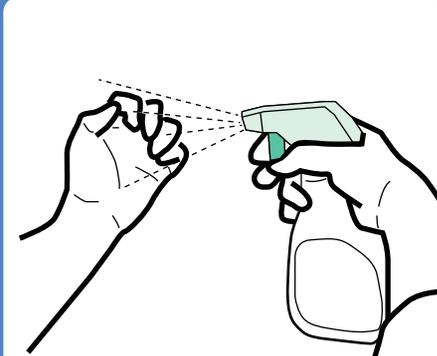
5. 腕、ひじまでしっかり洗います。



6. 石けんをよく洗い流します。(20 秒間)



7. 使い捨てペーパータオルで拭きます。



8. 消毒用アルコールをかけて、すり込みます。