

手洗いの方法

1 手指を流水でぬらす

2 洗剤を手取る

目標30秒以上

3 手のひら指の腹面を洗う

4 指の間

5 手の甲指の背



6 指先

7 親指

8 手首を洗う



手洗いのポイント

トイレの後

食べる前

汚物処理の後

9 洗剤を十分な流水で洗い流す

10 水気を拭く





手指消毒

15秒必要!

1



適量の消毒剤をとる

2



指先の爪、爪と皮膚の間、指の腹をこすりつける

3



両手のひらをこすり合わせて、擦り込む

4



手のひらをあわせて指を組み、両手をこすり合わせるようにして、指の間に擦り込む

5



片方の手のひらでもう片方の手の甲に擦り込む。さらに、指を組合わせて、指の間に擦り込む。反対側も同様に

6



片方の手でもう片方の親指を握り両手を回転させて擦り込む。反対側も同様に

7



片方の手で、もう片方の手首を握り、両手を回転させて擦り込む。反対側も同様に

