

# 正しい手洗い方法

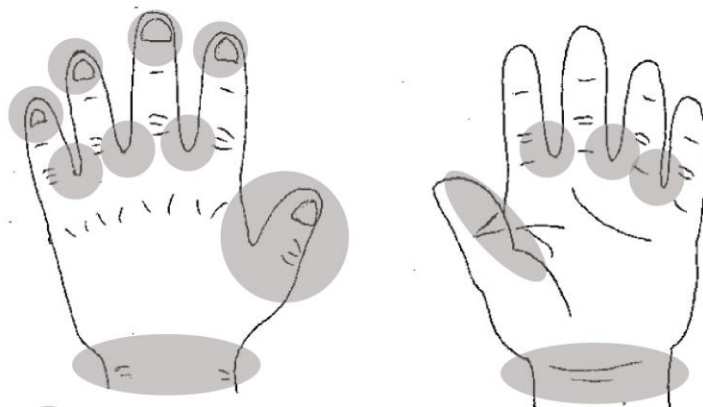
※1～7の手順を2回繰り返す  
「二度洗い」が効果的

※手洗い前に

- ・爪は短く切りましょう
- ・時計や指輪は外しましょう

※手洗い後に

アルコールで手を消毒するとより効果的



特に洗い残しが起こりやすい場所



1 流水で手を濡らし、石鹸をよく泡立て手のひらを洗う



2 手の甲を洗う



3 指先と爪の間を洗う



4 指をクロスさせて指の間を洗う



5 親指の付け根と手のひらをねじって洗う



6 手首も忘れずに洗う



7 十分に水で流す



8 ペーパータオルでよく拭く

