

正しい手洗いが大切です

ただ 正 しい 手 洗 い が 大 切 で す

た ま え そ と か え て あ ら

食べる前や外から帰ったら手を洗おう



1

手を水でぬらして、
石けんを
手につけます



手洗いの前に 時計や指輪は 外しておきます。
爪は 短く切っておきます。

2

石けんを 泡立てながら、
手のひらを こすります



3

手の甲を こすります



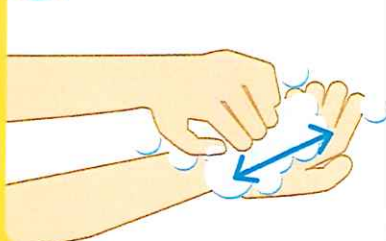
4

指の間 全体を こすります



5

指先と爪の間を こすります



6

親指 全体を ねじるように
こすります



7

手首を ねじるように
こすります



8

石けんがついた手で
蛇口のハンドルを 洗います



自動で水が出てくる
水道などの場合は
洗わなくていいです。

9

手と 蛇口のハンドルを
水で洗い流します



⑩の前に ①～⑨を2回 繰り返すと よいです。

10

きれいな
ペーパータオルで
手を拭きます



11

消毒します

