

正しい手洗いについて

手洗い前の準備

爪は短く切っていますか？
マニキュアは塗っていませんか？
時計や指輪をはずしていますか？



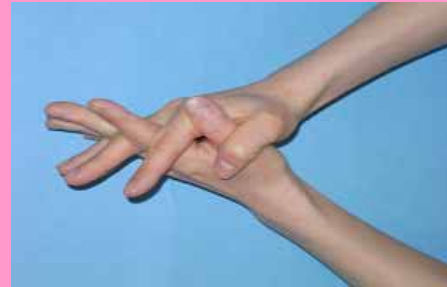
汚れが残りやすいところ

指先
指の間
親指の周り
手首
手のしわ

手指を流水でぬらし、石けん液または消毒剤を手のひらに取る
手のひらをすりあわせ、よく泡立てて洗う 指の間をよく洗う



手の甲を、もう一方の手のひらでこする



指先を、もう片方の手のひらでこする
爪もよく洗う



親指を包み込むようにこする



手首を洗う

