

衛生的な手洗いのテクニック

手洗いの注意点

- 1 時計や指輪ははずしておく。
- 2 爪は短く切る。
- 3 使い捨てのペーパータオルを使う。
- 4 手は完全に乾燥させる。
- 5 水道栓の開閉は、**キレイに洗ってね!** 手首、肘などで行う。
- 6 共同使用する布タオルは使用しない。

1



手のひらと手のひらを擦ります。

2



右手のひらで左手の甲を、
左手のひらで右手の甲を擦ります。

3



指を組み合わせ、指の間を擦ります。

要チェック!
指の間は
大丈夫?

4



反対の手のひらで、爪まで擦ります。

5



要チェック!
親指も
忘れずに

母指を反対の手のひらで
包むように擦ります。

6



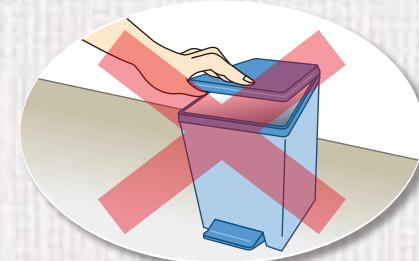
要チェック!
指先も
しっかりと

指先は、手のひらの中央で
円を描くように擦ります。

手洗い後の注意点



手洗いの後、蛇口は素手で閉めず、
ペーパータオルを使って閉めること。



ダストボックスのふたには
直接手を触れずにゴミをすてること。