

# 衛生的な手洗い方法

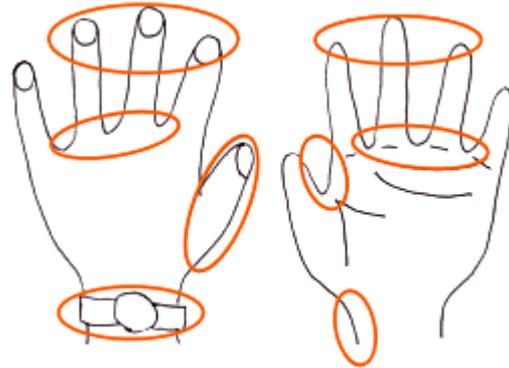
☆☆ 感染予防の基本は手洗いです ☆☆

## ○手洗いの前に！

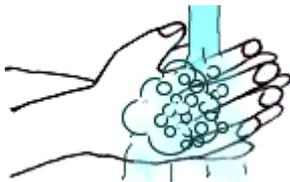
- 爪は伸びていませんか？
- 手のケガはありませんか？
- 手の汚れはありませんか？

## ○汚れの残りやすいところ

- 指先
- 指の間
- 親指の回り
- 手首
- 手のしわの部分



## ○手洗い方法



①流水で手を濡らし、石鹸を適量つける。



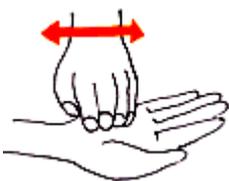
②手のひらと手の背を洗う。



③指の間を洗う。



④親指も忘れずに洗う。



⑤指先や爪の間を洗う。



⑥手首を洗う。



⑦流水中でよく洗い流し、水分をふき取る。

手洗い後は使い捨てのペーパータオルなどを用い、布タオルなどからの逆汚染を防ぐ。