

感染予防の基本は、まず“手洗い”

手洗いの手順を確認して、キチンと手を洗いましょう！

まず、確認

- 爪は短く切りましょう。
- 時計や指輪は外しましょう。



次に、

- 手首の上5cm位まで十分に両手を濡らしましょう。
- 洗剤を手のひらに取り、十分泡立てましょう。

1 手のひらをあわせてよくこする。



2 手の甲をのばすようにこする。



3 指先、爪の間をよく洗う。[両手]



4 指の間を十分洗う。



5 指先と手掌をねじり洗う。 (親指をもう片方の手で包み、こする。)[両手]



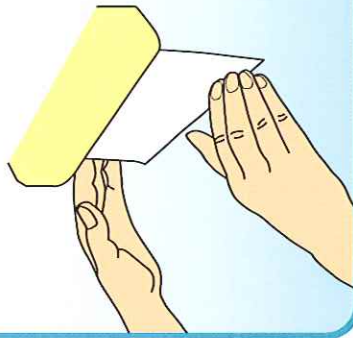
6 手首も忘れずに洗い(両手)指先を上に向けて流水で洗い流す。



7 最後に…

ペーパータオルが清潔なタオルで拭きましよう。

※共同使用するタオルは使わない。



★30秒以上しっかり洗ってください。



佐賀県