



しっかり手洗いで 感染症を予防しよう!



1 流水で手をぬらした後、
石けんをつけます



2 石けんを泡立てて
手のひらをよくこすります



3 手の甲をのぼすように
こすります



4 指のあいだを
しっかり洗います



5 親指と手のひらを
ねじり洗いします



6 指先・爪のあいだを
念入りにこすります



7 手首までしっかり
洗いましょう



8 流水でよくすすぎます



9 ハンドドライヤー(ペーパータオル)で
よく水気を取る