

一緒に実践！手洗い習慣

インフルエンザやノロウイルス食中毒などの感染症は、衛生的な手洗いでリスクを減らせます。
正しい手洗いを習慣にして、感染症を防ぎましょう。

1 流水で手を洗う



2 洗剤で手を洗う

①～⑥を2度繰り返すと効果的！

- ①手のひら・指の腹面
- ②手の甲・指の背
- ③指の間(側面)と股(付け根)
- ④親指と親指の付け根のふくらんだ部分
- ⑤指先
- ⑥手首の内側・側面・外側



3 洗剤を流水でよく洗い流す



4 清潔なタオルや紙ナプキンで手をふき、乾燥させる

