



正しい手洗いの順序

手洗いは食中毒予防の基本です！

きれいに洗ったつもりでも、手指には食中毒を起こす細菌が残っていることがあります。

食中毒発生防止のために、正しい手洗いを心がけましょう！

手洗いを行うタイミングは、

①外から帰宅した時、②トイレ使用后、③調理や食事の前、④肉、魚、卵などを触った後です。

1



時計や指輪をはずします

2



水で手をぬらします

3



手洗い石けんをつけます

4



手のひらをよくこすります

5



手の甲、指の間をこすります

6



親指を念入りに洗います

7



指先を洗います

8



手首を洗います

9



水で十分洗います

洗い残しがいっぱい？！

きちんと洗ったと思って、意外に洗い残しがあります。洗い残しの多い箇所に注意して、手洗いをしっかり行いましょう。



- 親指の周り
- 指の間
- 指先や爪
- 手のしわ
- 手首

