

手洗いマニュアル

- 1 **すすぎ** 冷水(出来れば温水)で、手の汚れを落とす。
- 2 **洗剤** 手に洗剤をつける。
- 3 **てもみ** 良く泡立て、手のひら・甲ほか(④~⑦)を、てもみする。



指を組んで両方の指の間(側面)、付け根を洗う。



親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う。



指先は手の平でこするように洗う。



手首をつかんでこすり洗う。

- 8 **洗い** 温水で洗剤を洗い流す。
※②~⑧の手順を繰り返すと効果的な手洗いが可能です。
- 9 **乾燥** ペーパータオルで拭く。
- 10 **消毒** 消毒用アルコール(エタノール70%)で殺菌する。