

正しい手洗いで

食中毒を予防しよう!



手洗いは
2回くり返すと
さらに効果的!



1 石けんを泡立てて、
手のひらをよくこする。



2 手の甲をのぼすように
こする。



3 指先・爪の間も念入りに
こする。



4 指の間を洗う。



5 親指を
ねじり洗う。



6 手首も忘れずに
洗う。

最後に泡を
よく洗い流す

手洗い時のチェックポイント!

- ✓ 爪は短く清潔に!
- ✓ 時計や指輪ははずして!
- ✓ アルコール消毒は手をよく乾かしてから!

汚れが
残りやすい
ところ

- 指先
- 爪の間
- 指の間
- 親指のまわり
- 手首、手のしわ



手洗いのタイミング!



外出先から
帰ってきたとき



トイレを
使用した後



汚れたものに
触れた後



調理をする前



調理をしている最中



食事をする前



正しい手洗いの方法について、ホームページで動画も公開してるすみだ! ▶▶▶

墨田区保健所 生活衛生課 TEL 03-5608-6943

