

正しい手洗いで 菌やウイルスを洗い落とそう！

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そう

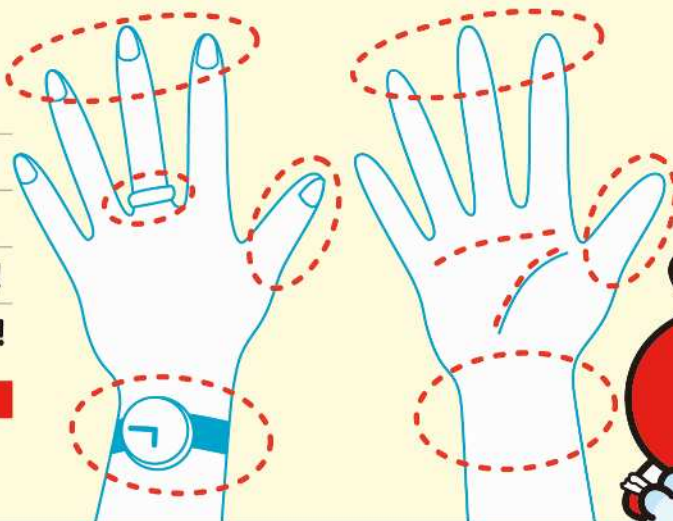


手洗いの Check Point!

- ✓ 爪は短く清潔に!
- ✓ 時計や指輪はずして!
- ✓ 手洗いは2回くり返すとさらに効果的!
- ✓ 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

- ① 指先
- ② 爪の間
- ③ 指の間
- ④ 親指のまわり
- ⑤ 手首、手のしわ



お問い合わせ

墨田区保健所 生活衛生課

03-5608-6943