

アルコールを使った正しい手指消毒



500円玉大を
手のひらに取ります



指先にも
なじませます



手指全体に
よく擦り込んで
なじませます



手の甲や指の間に
擦り込みます



反対の手で
ねじるようにして
親指にも
擦り込みます



手首も忘れずに
擦り込みます



乾いたら完了です



ダウンロードはこちらから

正しい手洗い



まず手全体を流水で
ぬらします

手のひらで液体せっけん
を適量うけ取ります

手の甲と手のひらを
擦り合わせて
よく泡立てます

手の甲をもう片方の
手でもみ洗います

指を組んで指の間を
洗います



ペーパータオルでしっかりと水分を拭き取り、
ペーパータオルはすみやかに捨てます

15秒以上かけて
流水ですすぎ、
せっけんと汚れを
よく洗い流します

手首までていねいにもみ洗います

指先をもう片方の手の
ひらでもみ洗います

親指をもう片方の手で
包みもみ洗います

