

食中毒を防ごう！
感染症の予防にも効果的！

正しい手洗い！



汚れが残りやすい部分



手はバイ菌の運び屋！

手洗いのタイミング

- ・外から帰ってきたとき
- ・ごはんを作る前、食べる前
- ・生肉や生魚に触った後
- ・トイレに行った後
- ・ペットに触った後



①流水で汚れを洗い流す



②せっけんを泡立てて手のひらを洗う



③手の甲を洗う



④指の間を洗う



⑤指先、爪の間を洗う



⑥親指をねじり洗いする



⑦手首も忘れずに洗う



⑧よく洗い流す



⑨きれいなハンカチやペーパータオルで拭く

