



# 正しい手の洗い方

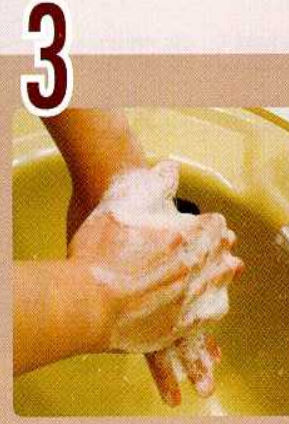
時計や指輪、アクセサリ、つけ爪などを外してから手を洗いましょう。



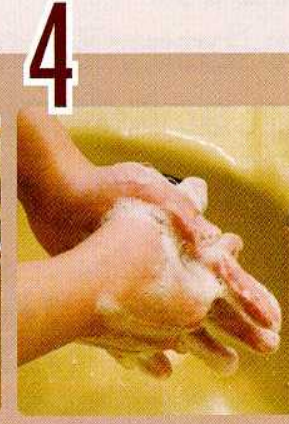
1 流水で汚れを簡単に洗い流しましょう。



2 石けんをつけて十分に泡立てましょう。



3 手のひらをあわせてよくこすり、次に手のひらと手の甲をあわせてよくこすりましょう。



4 両手を組むようにして指の間をよく洗いましょう。



5 爪の間も十分に洗いましょう。



6 親指は、反対側の手でねじるようにして洗いましょう。



7 手首も忘れずに、反対側の手でねじるようにして洗いましょう。



8 洗った手が再び汚れないように、蛇口を石けんで洗い流してから水を出し、流水で石けんと汚れを十分に洗い流しましょう。



9 清潔な乾いたタオルなどで水気を拭き取りましょう。



10 手洗い完了!

(参考：農林水産省ホームページ)