

みんなでやろう

# 正しい手の洗い方

みなさんの身のまわりにはいろいろなウイルスがたくさんいます。  
感染症を防ぐために、正しい手の洗い方で予防しましょう！



水でよく手をぬらしたあと、  
石けんをつけて、  
手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすように、  
こすります。



指先・爪の間を  
ていねいにこすります。



指の間を洗います。



親指を手のひらで、  
ねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

最後は十分に水で流して、清潔なタオルや  
ペーパータオルで拭き取ってよく乾かします



感染防止のためにできること