

手洗いこそ **最強** の予防手段である



1

腕時計・指輪をはずす



15秒

2

流水でぬらす



3

泡せっけん液を適量 手の平に取り出す



6

指を組んで両手の指の間を洗う



5

手の甲と手のひらをこすり合わせる



4

手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる



7

親指と手のひらをねじり洗います



8

両手首を回しながら洗う



15秒

9

流水でよくすすぐ



11

アルコールを手に揉みこむ



蛇口栓にペーパータオルをかぶせて栓を締める



10

ペーパータオルで拭く