

手洗い方法

石けん液と流水による場合（最低 15 秒）



①手を流水でぬらす



②石けん液を適量とる



③手のひらをこすり合わせよく泡立てる



④両手の指の間をこすり合わせる



⑤手の甲をもう片方の手のひらでこする（両手）



⑥指先でもう片方の手のひらをこする（両手）



⑦親指をもう片方の手で包みこする（両手）



⑧両手首までていねいにこする



⑨流水でよくすすぐ



⑩ペーパータオルでよく水気をとる

手指消毒方法

アルコール性擦式消毒薬液による場合



①適量の速乾性消毒液を手にとる



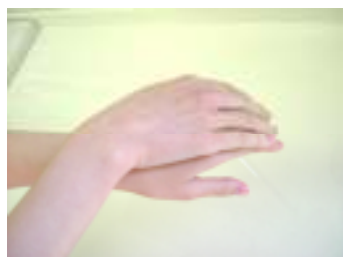
②最初に手掌に溜めたアルコールに爪を浸し、爪の間をよくアルコールでぬらす（両手）



③手掌を合わせて全体に擦り合わせる



④手の甲から手指の間を擦り合わせる



⑤手指をまるめてしわ部分を伸ばして擦り合わせる



⑥両手を組み合わせ手指の間を擦り合わせる



⑦洗いの残しの多い母指は回転させ擦り合わせる



⑧手首や前腕は腕を回転させるように擦り合わせる