

# 手洗いの方法

手洗いは食中毒・感染症予防の基本です。手洗いを習慣にしましょう。

157

水を流したまま石けんで洗います。



1 手のひらを合わせて洗います。



4 指のあいだも洗います。



2 手の甲を洗います。



5 指と手のひらをねじり洗いします。



3 指先、爪の内側を洗います。



6 手首もしっかり洗います。

**7 手拭きは、できればペーパータオルで、**

**なければ乾燥した清潔なハンカチやタオルを使いましょう！！**

山形県健康福祉部保健薬務課