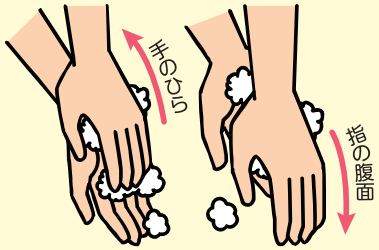
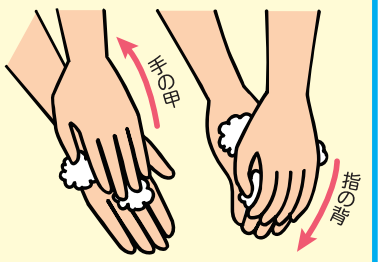
できていますか？ 衛生的な手洗い

1 流水で手を洗う

2 洗浄剤を手に取る

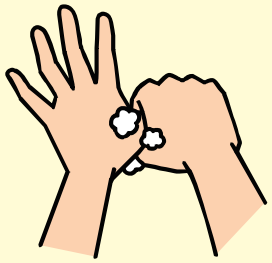


3 手のひら、指の腹面を洗う

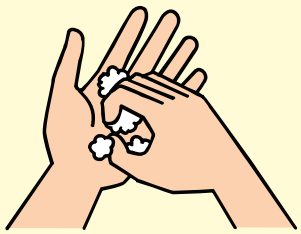


4 手の甲、指の背を洗う

5 指の間（側面）、股（付け根）を洗う



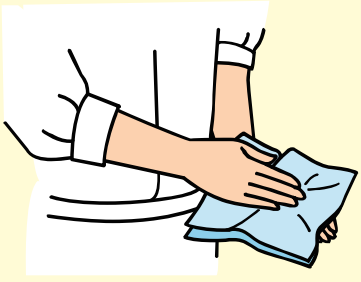
6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7 指先を洗う

8 手首を洗う（内側・側面・外側）

9 洗浄剤を十分な流水でよく洗い流す



10 手をふき乾燥させる

11 アルコールによる消毒

２度洗いが効果的です!

2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

©公益社団法人日本食品衛生協会