

避難所での感染症予防「手洗い」

感染症予防の基本は、「手洗い」

いつ?



トイレの後、調理の前、食事の前、汚物に触れた後、手が汚れたとき等手を清潔にしましょう。

手洗い方法

①ぬらす

②石鹸をつける

③手のひら

④手の甲



⑤指の間

⑥指先（爪）

⑦親指のつけ根

⑧手首



⑨石鹸を流す

⑩拭く

⑪消毒薬を手にしりこむ



自分のタオルか
ペーパータオルを
使って拭いてね



※アルコールの消毒薬は、濡れている手に使用すると効果が薄れてしまうので、乾いている手に使ってください。また、アルコールは、可燃性のため、火の近くで使用しないでください。

水道の蛇口が汚れていることがあります。
手を洗うときに、水道の蛇口も一緒に洗いましょう

