

# 感染症予防のために手を洗いましょう!



1 まず流水で両手をぬらします。



2 手洗い用石けんまたは消毒薬を手のひらにとります。



3 手のひらを洗います。



4 手の甲も包むように洗います。



5 指の間も洗います。



6 指もよく洗います。



7 親指の周囲も洗います。



8 指先、爪も入念に洗います。



9 手首も忘れずに洗います。



10 流水で洗い流します。



11 タオル、ハンカチ等でふきます。

※ペーパータオル又は、自分が持参した個人用タオル、もしくは個人用ハンカチを使いましょう。

**岐阜県**