

正しい手の洗い方

30秒タイマーで、“しっかり手洗い”を
楽しく習慣にしましょう。

1 水でよく手をぬらして
よごれを流します。



2 石けんをつけて
よく泡立ってます。



3 手のひらと手の甲に
石けんを広げます。



4 指のあいだを
よくこすります。



5 指先やつめのあいだも
わすれずに。



6 手首にもせっけんを
のばしてよく洗います。

ここまで10~15秒

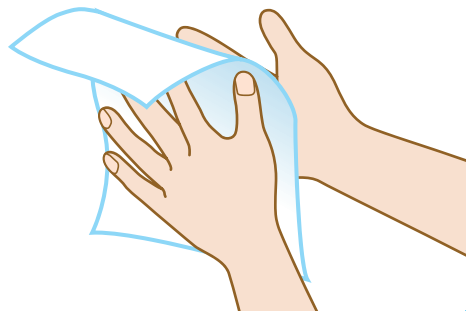


7 石けんとよごれを
よく洗い流します。

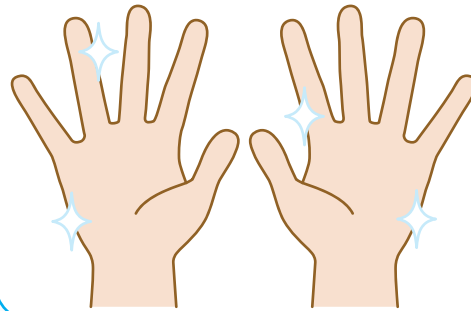
15秒かけてしっかりと



8 清潔なタオルや
ペーパーでよく水気を
ふきます。



9 きれいになりました！



ウイルスなどの感染予防には手洗いが効果的です。

シャイニープロジェクト
YUTAKA