

ハンドケア手順

準備

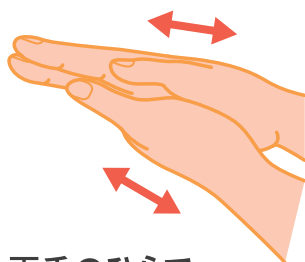
手に汚れがある場合は、
手洗いを行い、
汚れを除去する

1



ハンドケア剤を適量
手に取る

2



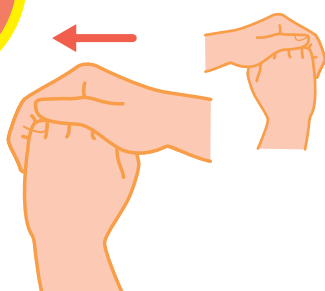
両手のひらで
なじませる
(体温で温めながら)

3



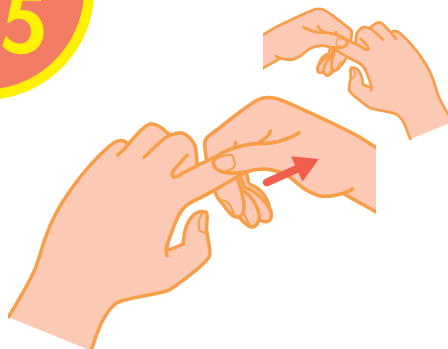
手の甲から指先へ
塗り広げる(両手)

4

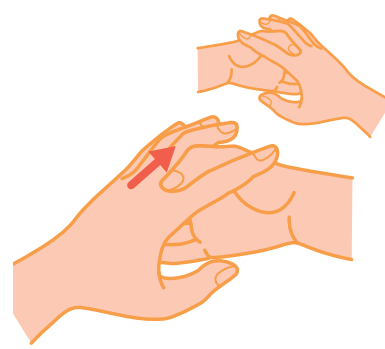


指を曲げ、手の甲から
指先まで、シワに沿って
塗り広げる(両手)

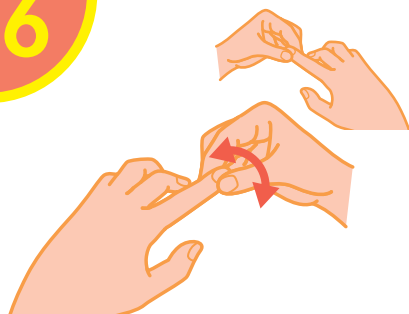
5



関節やシワをのぼして、親指から小指まで1本ずつ塗る。
この時、指と指の間もマッサージする(両手)



6



指先(爪周り)を重点的
にマッサージしながら
塗る(両手)

7



手全体になじませる