

手洗い手順

手洗い時間の目安

全工程で **40~60秒**



手指を流水でぬらす



石けん液を適量
手の平に受け取る



手の平と手の平を
擦り合わせ
よく泡立てる



手の甲をもう片方の
手の平で洗う(両手)



指を組んで両手の
指の間を洗う
(組替える)



親指をもう片方の手で
包み洗う(両手)



指先と指の背をもう片方の
手の平で洗う(両手)



両手首まで
ていねいに洗う



流水でよくすすぐ