

# 手洗い手順

— 手洗い時間の目安 —

全工程で

40~60秒

1



手指を流水でぬらす

2



石けん液を適量  
手の平に受け取る

3



手の平と手の平を  
擦り合わせよく泡立てる

4



手の甲をもう片方の  
手の平で洗う(両手)

5



指を組んで両手の  
指の間を洗う(組替える)

6



親指をもう片方の手で  
包み洗う(両手)

7



指先と指の背をもう片方の  
手の平で洗う(両手)

8



両手首まで  
ていねいに洗う

9



流水でよくすすぐ