

手洗いの手順

手洗いにかかる時間の
目安は30秒です。

1



流水でよく手をぬらした後、
石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首まで忘れずに洗います。