

# 正しい手の洗い方

1 指輪や腕時計を外す



2 流水で手を濡らし、石けんでよく泡立てる



3 手のひらと甲を洗い、指の間も洗う



4 指先と爪の間も洗う



5 手首も洗う



6 流水でよく洗い流す



7 もう一度石けんをつけ②～⑤を行う



8 流水でよく洗い流し、ペーパータオルを用いて手をふく



9 消毒液を用いて消毒する



## 手洗いは食中毒予防の基本です！

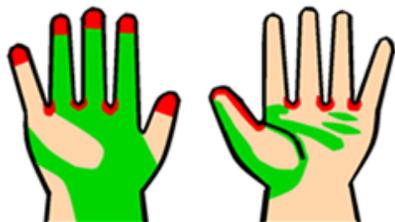
- ・手洗い設備には、石けん、消毒液（逆性石けん、消毒用アルコール等）、ペーパータオルを備えておきましょう。
- ・ノロウイルスを予防するために、調理前にはしっかりと2回手洗いを行いましょう。
- ・手洗い設備はひじまで十分洗える大きさで、水以外に湯が出るとより洗いやすくなります。
- ・爪は短く切り、指輪、時計などは着けないようにしましょう。



## <手洗いミスの発生部位>

手の甲

手のひら



指先、指の間、親指の周り、手首、手のしわ等は汚れが残しやすい部分です。

■：頻度が高い

■：頻度がやや高い



出典：日本環境感染学会監修 病院感染防止マニュアル(2001)より抜粋



大阪市健康局

令和7年度