

正しい手の洗い方

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）、爪ブラシ、ペーパータオルを備えておきましょう。
- ・手洗い設備はひじまで十分洗える大きさと、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。



① 指輪や腕時計をはずす。



② 流水で手をぬらし、石けんをよく泡立てる。



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。



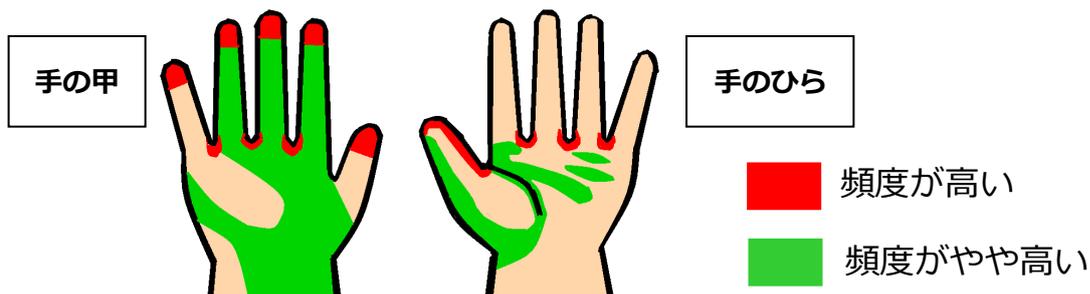
⑧ 流水でよく洗い流し、ペーパータオルを用いて手を拭く。



⑨ 消毒液を用いて消毒する。

手洗いミスの発生部位

指先、指の間、親指の周り、手首、手のしわ等は汚れが残りやすい部分です。



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