

衛生的な手洗いの手順



疫病

アムビエ様とは？
江戸時代に姿を現し、「疫病が流行した際は私の姿を描き、人々に見せよ」と語ったと伝えられる妖怪。疫病を払うとされている。

アムビエ様

退散

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議のメンバーが提言！

デザイン・イラスト：和全 (Studio Wazen)

流水を用いる場合

1



流水で洗浄する部分をぬらす。

2



薬用石けん等を手のひらにとる。

3



手のひらを洗う。

4



手のひらで手の甲を包むように洗う。反対も同様に。

5



指の間もよく洗う。

6



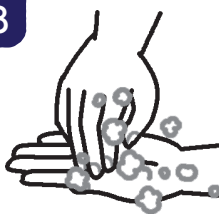
指までよく洗う。

7



親指の周囲もよく洗う。

8



指先、爪もよく洗う。

9



手首も洗う。

10



流水で洗い流す。

11



ペーパータオル等で拭く。

POINT

- 水と石けんによる手洗いは、付着した細菌やウイルスを除去して接触感染のリスクを下げる。
- 石けんの界面活性作用により汚れが浮き上がり、手指をすりあわせることで除去される。
- 石けんについては市販されている通常のものでよい。
- 毎回30秒以上の時間をかけて洗う。手洗いのあと、手指をきちんと乾燥させることが重要。

速乾性擦式

消毒用アルコール

製剤を用いる場合

1



消毒液の規定量を手のひらに受け取る。(注)

2



はじめに両手の指先に消毒液をすり込む。

3



次に手のひらによくすり込む。

4



手の甲にもすり込む。反対も同様に。

5



指の間にもすり込む。

6



親指にもすり込む。

7



手首も忘れずにすり込む。乾燥するまでよくすり込む。

POINT

- 流水による手洗いに代わる方法。
- 両手で、手の全表面をくまなく、乾くまですり込む。

『企業のための新型コロナウイルス対策マニュアル』

(和田耕治・著／東洋経済新報社)より

