

正しい手の洗い方

※爪を短く切っておく。時計や指輪は外しておく。

Presented by Asreet



1

流水でよく手を濡らした後、
石けんをつけ、手のひらをよくこする。



2

手の甲をのぼすようにこする。



3

指先・爪の間を念入りにこする。



4

指の間を洗う。



5

親指と手のひらをねじり洗いする。



6

手首も忘れずに洗う。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。