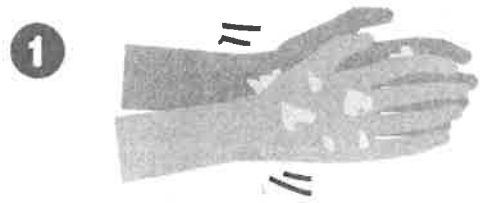
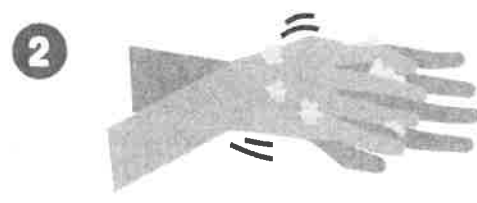


# 手の洗い方

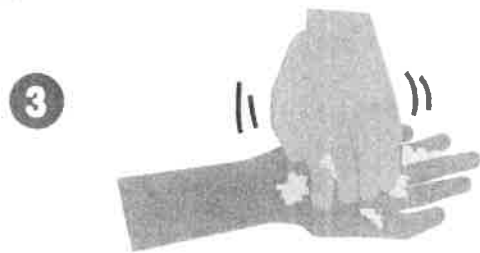
● 泡石けんをつけて、20～30秒間しっかりとこする。



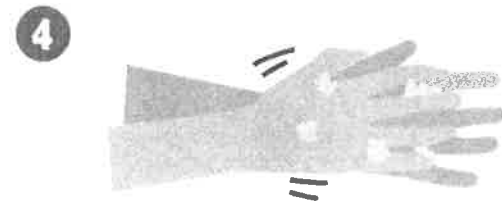
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



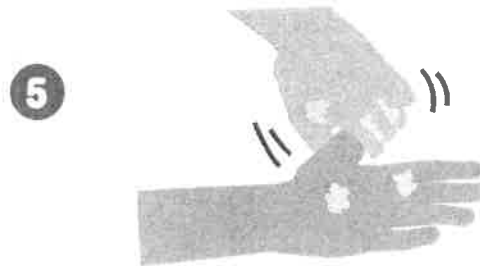
手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

● 十分に水で洗い流す。

● きれいなハンカチやタオルで拭く。

# 手を洗うタイミング

トイレの後



掃除の後



コンタクトの着脱前



咳やくしゃみの後



体育や外から帰った後



ペットと触れ合った後



おやつや食事の前



料理の前



動物から人にうつってしまう病気があります。(狂犬病・オウム病・日本脳炎・猫ひっかき・病デング熱など) ペットの健康状態を知って、気を付けて仲良く暮らしましょう。

● カードやお金を使った後も手を洗おう