

# たの て あら 楽しく手を洗おう！！

しんがた  
新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクを含む咳エチケット」です。

ドアノブや手すりなど様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう！

## ただ て あら かた 正しい手の洗い方

1



りゅうすい  
流水でよくぬらした  
あと、せっけんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



て こう  
手の甲をのばすようにこすります。

3



ゆびさき つめ あいだ ねんい  
指先・爪の間を念入りにこすります。

4



ゆび あいだ あら  
指の間を洗います。

5



おやゆび て  
親指と手のひらをねじり洗いします。

6



てくび わす あら  
手首も忘れずに洗います。

せっけんであらったら、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しょう！