

アルコール系消毒薬による 手指消毒の手順

手指消毒のタイミング このようなときに**手指消毒**を行いましょう

- 石けんと流水による手洗いを行った上で、手洗いの効果を高めたいとき
- 目で見て手が汚れていなく、すぐに石けんと流水による手洗いが出来ない場合
 - ・鼻をかんだ後、咳やくしゃみをした後
 - ・赤ちゃんやお年寄りのお世話をする時 など

1



消毒剤を手に取る
(1~2プッシュ)

2



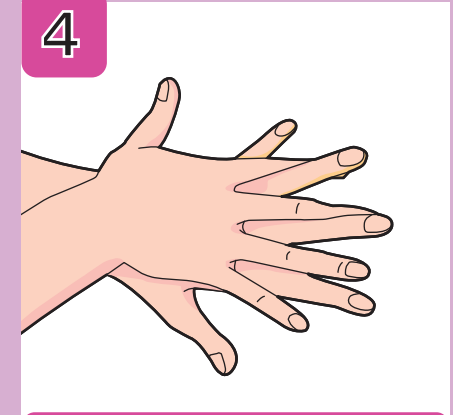
指先・爪に
充分すり込む

3



手のひらを合わせて
まんべんなくすり込む

4



手の甲をもう片方の
手のひらですり込む

5



指を組んで
指の間にすり込む

6



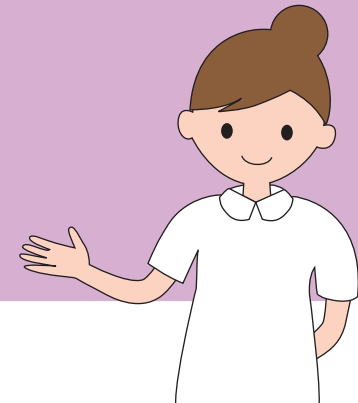
親指を握って
ねじるようにすり込む

7



最後に手首に
すり込む

監修: 北海道医療大学 客員教授 唯野 貢司 先生



石けんと流水による 手洗いの手順

手洗いのタイミング このようなときに**手洗い**を行いましょう

- 目で見て手が汚れている時
- 家に帰ったとき
- トイレの後
- 調理、食事をする前
- 鼻をかんだ後、咳やくしゃみをした後
- 赤ちゃんやお年寄り、病気で治療中の方のお世話をする時
- 汚物(吐物、大便・小便など)を処理した後 など



流水で手をぬらして
せっけんを手にとる



手のひらを合わせて
よく洗う



手の甲をもう片方の
手のひらでこすり洗う



指先と爪をもう片方の
手のひらでこすり洗う



指の間を洗う



親指を握って
ねじり洗いのする



手首を洗う



流水でよくすすぐ



ペーパータオルなどで
水分を拭きとる



監修: 北海道医療大学 客員教授 唯野 貢司 先生