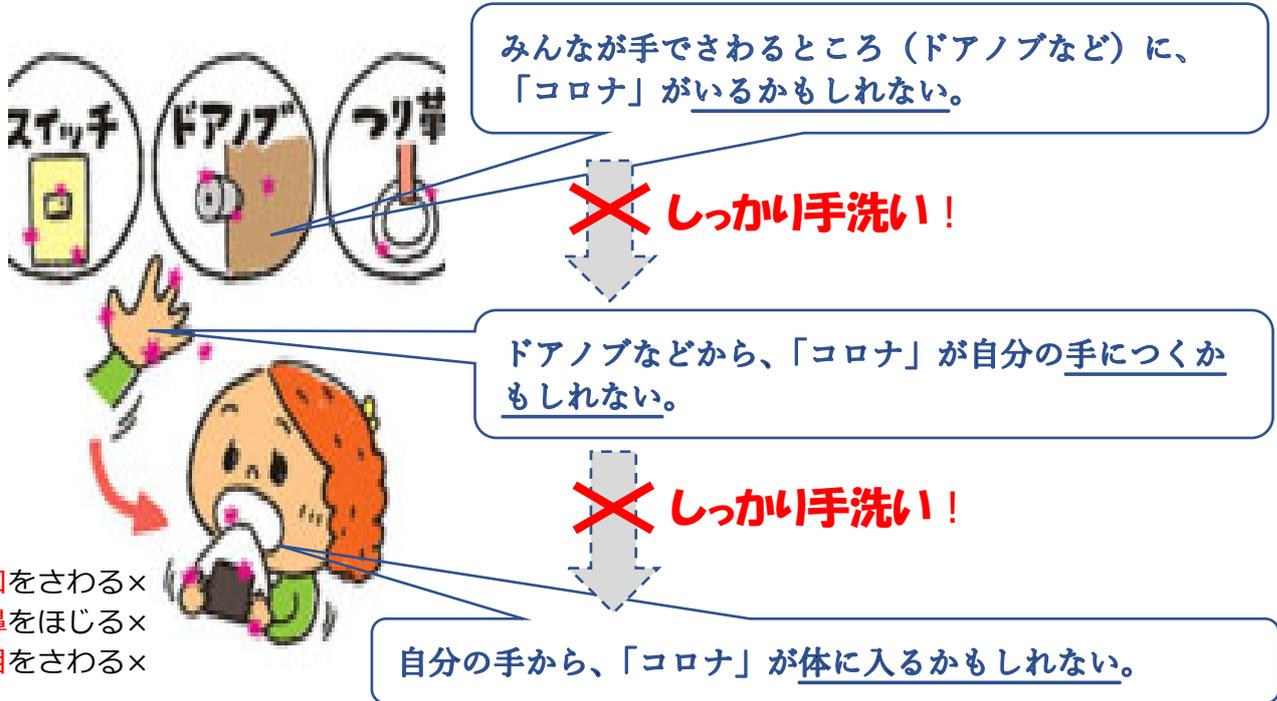


# 「かもしれないコロナ」を退治しよう！

～家族みんなで「しっかり手洗い」を！～



手洗いをいつするか、わが家のルールを決めよう！

✓	_____	✓	_____
✓	_____	✓	_____
✓	_____	✓	_____

## しっかり手洗い

手洗いの前に  
 ・爪は短く切っておきましょう  
 ・時計や指輪は外しておきましょう

- 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ます。
- 手首も忘れずに洗います。

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。

