



感染症・食中毒

予防のために **て** を洗おう!



①手を水で洗い、石けんをよく泡立てます。



②手を10秒以上よくもみ洗いします。



③手の甲を洗います。



④指と指の間をしっかり洗います。



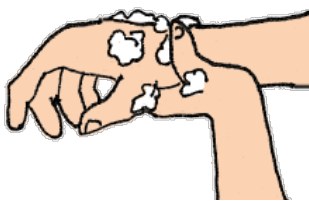
⑤つめの間をよく洗います。



⑥親指を洗います。



⑦手首を洗います。



⑧流水でよく洗い流します。

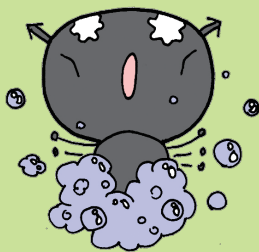


⑨きれいなタオルやペーパータオルで水気をふきとります。



①から⑧の手順を2回繰り返そう!

その後、アルコールなどで消毒するとより効果的だよ!



手洗いはタイミングが大事!

- ★食品にさわる前
- ★トイレの後
- ★屋外で作業した後
- ★共用の器具にさわった後 など

三重とこわか国体・三重とこわか大会実行委員会事務局運営調整課
三重県 医療保健部 食品安全課