

# 正しい手指消毒

## 手洗いの基本とタイミング

- 手洗いの方法

通常は、「エタノール含有消毒薬による手指消毒」を行います。

目に見える汚れがついている場合は、「液体石けんと流水による手洗い」を行います。

- 手洗いのタイミング：

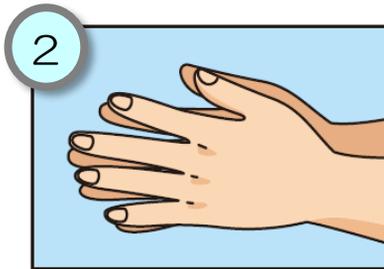
入所者に触れる前後、ケアの前後、入所者の周囲の環境や物品に触れた後 等

## エタノール含有消毒薬による手指消毒



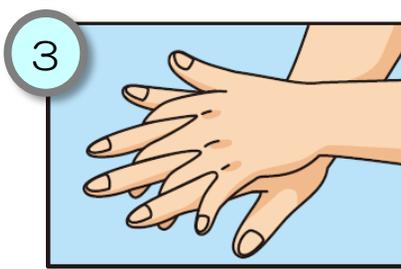
十分な量を  
手の平に取ります

Get an appropriate amount  
of product in a cupped  
hand



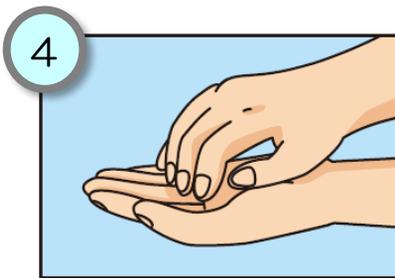
手のひらを  
こすりあわせませす

Rub hands palm to palm



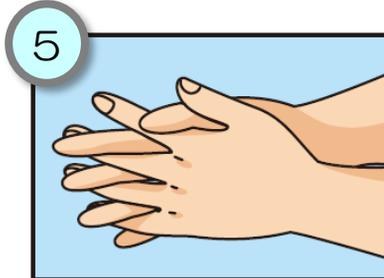
手の甲を合わせて  
すりこみます

Palm to palm with  
fingers interlaced



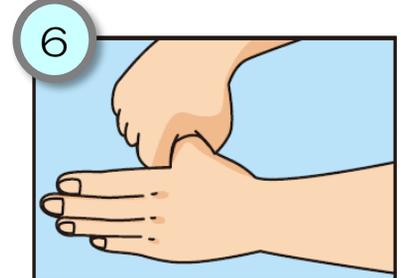
指先・爪の間に  
すりこみます

Rub your palms and  
fingertips and under nails



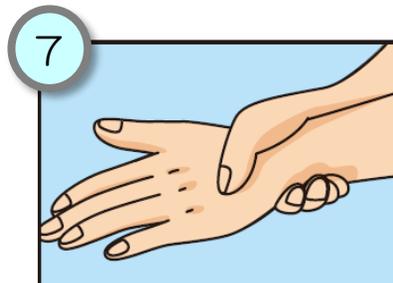
指の間にすりこみます

Rub in between  
the fingers



親指をねじり合わせて  
すりこみます

Rub each thumb clasped  
in opposite hand using a  
rotational movement



手首にすりこみます

Rub each wrist with opposite  
hand



十分に乾燥した  
ことを確認します

# 正しい手洗い

## 液体石けんと流水による手洗い



1  
初めに、水で手を濡らし、  
石けんを手に取ります  
First, wet your hands with  
water and apply enough soap



2  
石けんをよく泡立てなが  
ら、手のひらを洗います  
Wash your palms while  
whipping soap well



3  
手の甲を伸ばすように  
洗います  
Wash it to extend the  
back of your hand



4  
指先・爪の間を  
念入りに洗います  
Wash your fingertips and  
under nails carefully



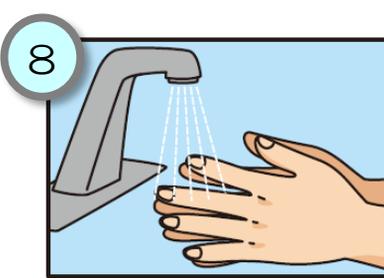
5  
指の間を洗います  
Wash in between  
the fingers



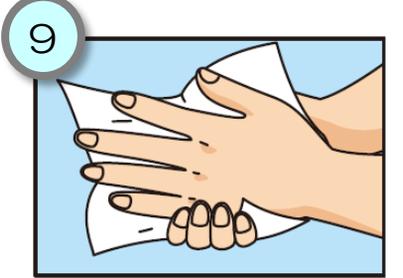
6  
親指をねじりながら  
洗います  
Wash while twisting  
your thumb



7  
手首を洗います  
Wash your wrists



8  
流水で石けんと  
汚れを洗い流します  
Rinse off soap and dirt  
under running water



9  
ペーパータオルでしっか  
りと、水分を拭き取ります  
Dry hands using a paper-  
towel

