

# ぐんまちゃんの 手洗いで感染予防

インフルエンザや感染性胃腸炎（ノロウイルス感染症）などの感染症の予防には手洗いをする  
ことが大切です。日頃から正しい手洗いをして感染予防を心がけましょう。

石鹸で手を洗っているときには、一度水を止めましょう。水を大切に！

## 石鹸と流水で手を洗いましょう

1. 食事の前
2. トイレの後
3. おう吐物・排泄物の処理後
4. 帰宅したら



感染予防に  
手を  
洗いましょう！



目に見える汚れを  
流水で流します

石鹸を泡立てます

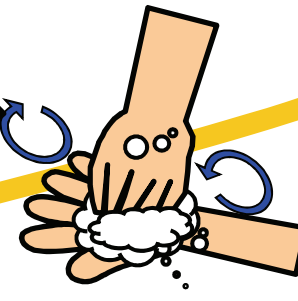


手のひら

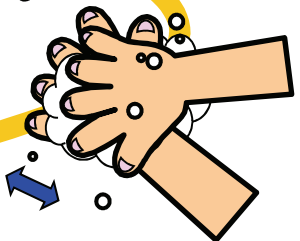
親指から順番に  
一本ずつ



指の間



指先



手のこう



手首



泡と汚れを  
流水で流します



個人用タオルまたは  
ペーパータオルで  
しっかり拭きましょう



はいっ、  
きれい！！