

食中毒・ノロウイルス・感染症等：予防の基本は、石鹸による衛生的な手洗いの励行！
 および、アルコール除菌(携帯しておく)を実践して、ウイルスの体内進入の未然に防止！

できていますか？

衛生的な手洗い



1

流水で手を洗う



2

洗剤を手に取り



3

手のひら、指の腹面を洗う



4

手の甲、指の背を洗う



5

指の間(側面)、股(付け根)を洗う



6

親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7

指先を洗う



8

手首を洗う(内側・側面・外側)



9

洗剤を十分な流水でよく洗い流す



10

手をふき乾燥させる



11

アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です！

2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

※アルコールは、ノロウイルスの不活化にはあまり効果がないといわれています。