



## 流水と石鹸による 手洗いの手順！

### 手洗い前のチェックポイント

- ◎爪は短いほうが衛生的！
- ◎時計や指輪を外していますか？

### ▲汚れが残りやすいところ▲

- ◎指先や爪の間
- ◎指の間
- ◎親指の周り
- ◎手首
- ◎手のしわ



① 石鹸をつけ、手のひら  
をよくこする。



② 手の甲をのぼす  
ようにこする。



③ 指先・爪の間を  
念入りにこする。



④ 指の間を洗う。



⑤ 親指と手のひらを  
ねじり洗いする。



⑥ 手首も忘れず洗う。

⑦ 十分に水で洗い流し、ペーパータオルや清潔なハンカチ等でよく拭き取って乾かす。

※ハンカチやタオルの共有はしない



## ノロウイルス対策用消毒液（次亜塩素酸ナトリウム）の作り方！

※消毒液を扱う際は換気を十分に行ってください。

※消毒液は皮膚には刺激が強いため、ビニール手袋等を使用しましょう。

消毒液を使用する 場所・もの	出来上がる 消毒液の濃度	作り方（原液濃度 5～6%の塩素系漂白剤を使用する場合）
ドアノブや手すりな ど、患者が直接接触した 場所・もの	約 0.02% 濃度希釈液	家庭用塩素系漂白剤 10ml  ペットボトルの キャップ2杯分 +  水 2ℓ 2ℓのペットボトル1本分
嘔吐物や便などが 直接付着した 場所・もの	約 0.1% 濃度希釈液	家庭用塩素系漂白剤 10ml  ペットボトルの キャップ2杯分 +  水 0.5ℓ 500mlのペットボトル1本分