

手、きちんと洗えていますか？

○食中毒を予防するため、しっかり手洗いをしましょう。

○手を洗う前には、爪を短く切って、時計や指輪などの装飾品等を外しておきましょう。

○次の場合には必ず手洗いをしましょう。

- ・調理を始める前
- ・生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- ・調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだりした後
- ・食事の前
- ・おむつを交換したり、動物に触れたりした後

○②～⑧を2回繰り返しましょう！より効果的です。



①流水で手を洗います。



②石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



③手の甲をのぼすようにこすります。



④指先・爪の間をこすります。



⑤指の間を洗います。



⑥親指と手のひらをねじり洗いします。



⑦手首も忘れずに洗います。



⑧十分に水で流します。



⑨ペーパータオルや清潔なタオルでよく拭きます。

⑩必要に応じて消毒します。



香川県