

防控感染症！请予以配合

# ！洗手

包括新型冠状病毒在内的感染症的基本对策是“洗手”和“包括佩戴口罩的咳嗽礼仪”。

接触门的手把或电车的吊环等物体时，自己的手可能会沾上病毒。

从外面回到家里时以及做饭前后和吃饭前等，要好好地洗手。

## 洗手

## 正确的洗手方法

洗手前

- 要把指甲剪短
- 取下手表和戒指



1 在流动水下，将双手充分淋湿后，涂上肥皂，充分揉搓手掌。



2 揉搓手掌时，手背要伸直。



3 要充分揉搓指尖和指甲之间。



4 清洗手指与手指之间。



5 握住大拇指与手掌旋转揉搓。



6 不要忘记清洗手腕。

用肥皂清洗完毕后，要用流水清洗干净，然后用清洁的毛巾或纸巾好好地擦干。

首相官邸  
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生劳动省

搜索

