

正しい感染症予防

～手洗い・消毒・咳エチケット～

監修

兵庫医科大学病院 感染制御部 副部長

看護部 看護師長

感染管理認定看護師

一木 薫 先生

 NIPRO

ニプロ マスコットキャラクター
げんきくん®



神奈川県 PR キャラクター
かながわキンタロウ





石けんと水での手洗い

～目に見える汚れがある場合～



手をぬらす。



石けんを泡立て、
手のひらを洗う。



手のひらで手の甲を
包むように洗う。



指の間、親指の周囲も
よく洗う。



指先、爪もよく洗う。



手首も洗う。



流水で十分に洗い流す。



ペーパータオルか、せいけつ清潔な
タオルでやさしく拭き取る。

洗い残しの多いところ

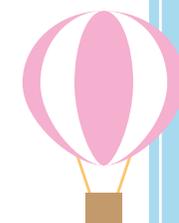


Point!

- ✿ 爪は短く切り、手を洗う前には時計や指輪を外しておきましょう。
- ✿ 40～60秒間かけて手を洗いましょう。
- ✿ 図中の洗い残しやすい部分は、特に気をつけて洗いましょう。
- ✿ 石けんが手に残っていると手あれしやすいので、十分にすすぎ洗いで流しましょう。



アルコール含有消毒液での手指消毒 ～目に見える汚れがない場合～



Point!

- ❁ 消毒液は十分量（約 3mL＝目安はノズル 1 プッシュ）をとって消毒しましょう。
- ❁ 消毒剤がジェルタイプや泡タイプの場合、3mL より少ない量で消毒できる製品もあります。
- ❁ 指、爪先なども含めて、手全体にまんべんなくすり込みましょう。
- ❁ 特に指先や親指は、消毒し忘れないように注意しましょう。

目安は 1 プッシュ



せき 咳エチケット



3つの咳エチケット



正しいマスクの着脱方法

