

しょうどく  
アルコール消毒がなくても、

びょう い じょう ていねい て あら かんせん よ ぼう  
20秒以上の丁寧な手洗いで感染予防になります!!



**Point**  
ゆび つめ あいだ て こう  
指や爪の間、手の甲  
も忘れず丁寧に洗い、  
わす ていねい あら  
清潔なタオルでふき、  
せいけつ ふ  
乾燥させましょう。  
かんそう

**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。