



令和6年
初夏号

感染症情報



基本的な感染対策を再度確認しましょう



正しい手洗いを習慣づけましょう

1. 石鹸で手のひらをよくこする
2. 手の甲をよくこする
3. 指先、爪の間をよくこする
4. 指の間を洗う
5. 親指をあらう



6. 手首を洗う



7. 10秒以上かけて洗い流す



手洗いのタイミング

- ・食事の前後
- ・外から帰ってきたとき
- ・咳やくしゃみ、鼻をかんだとき
- ・病気の人のケアをしたとき
- ・外にあるものを触ったとき



手洗いのポイント

手全体をまんべんなく洗うこと

手指消毒では手の隅々までアルコール消毒剤を擦り込むこと



Q. せっけんによる手洗いとアルコール消毒どちらがいいのですか？

基本的にアルコールによる手指消毒を優先。消毒液約3ml(ポンプ1回分しっかり押す)を手に取り、指先からよく擦り込みましょう！

目に見える汚れが付着している時は石鹸による手洗いを行いましょう。

保育園等では手洗い優先となりやすいです。



<問合せ> 荒川区保健所保健予防課感染症予防係

【感染症発生情報(毎週更新)】

03(3802)3111 内線 430

荒川区ホームページ トップページ→健康・医療・衛生→感染症→荒川区感染症情報ポスター