



診療所だより ～やまゆりの風～ 正しい手洗いの仕方

皆さんは、正しい方法で手洗いできていますか？
感染症等に備え、もう一度確認してみましょう。

手洗いのタイミングは？

・食事の前 ・トイレの後 ・外出先から帰ってきた時 等



正しい手洗いの方法は？



手のひらを洗う



手の甲を洗う



指先・爪を洗う



指の間を洗う



親指を洗う



手首を洗う



泡を洗い流す



タオルで拭く

消毒液を使うときは、①～⑥
までを行いましょう！

手洗いのポイント

**石けん液をしっかりと
泡立てましょう！**

泡立てることで、手全体
のしわなどにまんべんなく
石けん液が行きわたります。

**手洗いは2回
実施しましょう！**

ウイルス等の除去効果が
高くなります。

**清潔なタオルを
使いましょう！**

自分専用の清潔なタオル
を使用し、他の人との共用
は避けましょう。

福島町国民健康保険診療所

やまゆりクリニック



◎内科・消化器内科・小児科／院長 光銭健三

診療案内

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 11:45	●	●	●	●	●	▲
午後 1:00 ~ 5:00	●	●	●	訪問診療	●	-
5:00 ~ 6:30	-	●	-	-	-	-

※受付は、診療時間終了の30分前までです。

火曜日は夜間診療有
木曜日は12時まで診療
▲第2・4土曜日のみ診療

■お問い合わせ先
福島町字福島139番地1
☎(0139) 47-3101