

STOP! オミクロン

新型コロナウイルスの感染は、ウイルスを含む飛沫が口、鼻や目などの粘膜に触れることで起こります。このため、飛沫を吸い込まないよう人との距離の確保やマスクの着用のほか、手指のウイルスを洗い流すことが大切です。

今回は、効果的な手洗い方法と手指消毒剤の使用方法をご紹介します。昨今、新型コロナウイルスの新たな変異株「オミクロン株」が発生しておりますので、今一度、感染対策を徹底しましょう。

効果的な手洗いの方法



①流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこする。



②手の甲をのばすようにこする。



③指先・爪の間を念入りにこする。



④指の間を洗う。



⑤親指と手のひらをねじり洗い流す。



⑥手首も忘れずに洗う。

★手洗いのポイント

- ・爪は短く切っておきましょう。
- ・時計や指輪は取っておきましょう。
- ・外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。
- ・石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう。

手指消毒剤の使用法



①消毒剤をノズルの一番下までしっかり押し、適正な一回使用量を手の平に取る。



②指先・爪先に消毒剤を浸しながらすり込む。(両手)



③手の平によくすり込む。



④手の甲にすり込む。(両手)



⑤指を組んで、指の間にすり込む。組み替えて、もう片方の親指と小指の外側にもすり込む。



⑥親指をもう片方の手で包み、すり込む。(両手)



⑦手首にもすり込む。(両手)



⑧乾燥するまでしっかりとすり込む。

★アルコール製剤利用のポイント

- ・スプレーポンプは、しっかり下まで押しましょう。
- ・15秒以上かけて、乾くまでじっくりと、まんべんなくすり込みましょう。※ササッとでは効果が弱くなります