

今月のさがあお豆知識

手指衛生について

No.64

手指衛生 = 手指を衛生的に保つこと。「**手洗い・消毒・保湿**」

細菌や微生物は手指を介して広がるため、人から人、人から環境へ広がりを防ぐため重要な予防策です。

手指消毒 = **細菌の活動を弱める**こと。人体に有害な物質を除去または無害化することです。

最近手洗い方法をよく耳にされていますよね。いろいろな場面で目にする擦式アルコール製剤にも正しい使用方法があります！

<擦式アルコール製剤による手指消毒方法>



1 消毒剤を手のひら
に取る



2 始めに手のひらに
満遍なく広げる



3 片方の手のひらの
上で円を描くよう
に指先に塗る



4 手の甲に塗り広げる



5 指の間は両方の
指クロスさせなが
ら塗る



6 親指を片方の手で
包み込み塗る



7 手首も忘れずすり込む



<マスクの着用方法>



- ①マスクの表裏を確認後、マスクを装着しノーズピースを鼻の形に合わせ
- ②マスクのプリーツを伸ばし、鼻からあごまでを覆う

★肌と隙間があったり、鼻を出して口だけ覆うようなつけ方では予防が不十分です。大切な手洗いうがいの正しい方法で行い、予防しましょう！