

みなさん元気にしていますか？

見てください！今日は先生たちで手あらいチェッカーを使って，‘あらい残し’の研究をしました。  
その結果がこちらです。

(1枚目…てあらい前の手)



(2枚目…水あらいした手)



(3枚目…10秒間石けんであらった手)



(4枚目…1分間ポイントをおさえてあらった手)



写真にすると少し分かりづらいかもしれません、見比べるとどこに汚れやバイキンがついているか、また、あらい残しがどこかもよく分かりますね。

特に、手の甲、つめのあらい残しが目立つな～とチェックした先生は言っていました。

今日は、いつも口ずっぱく言っている、予防のきほん！‘手あらい’について紹介しました。

きたない手であちこち触ってしまうと、どんどん色々なところがきたなくなっています。

毎日、きちんと手をあらうことは、自分ももちろん、家族の健康を守るために、とても大切なことです。

最後に…

### 手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から  
帰った時



咳やくしゃみ、  
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



病気の人の  
ケアをした時



外にあるものに  
触った時



こまめな手あらいを心がけて  
感染を防ごう！

おまけ

他にも、スマホやパソコンのマウス、キーボード等もチェックで確認しました。すると想像以上の結果に…  
消毒消毒！と意識が行きがちですが、まずは基本的な手洗いを一番に心がけないといけませんね。