

## 「手洗いの再確認」

みさと健和病院 6階西病棟

### 皆さん、基本の手洗いは継続的に実践できていますか？

世の中では、第8波に加えてこの冬はインフルエンザと同時流行が懸念されていますね。これまでも感染対策では何度も手洗いの重要性が言われてきています。

医療機関のみならず、あらゆる場所に手洗い方法のポスターが設置されているのを誰もが一度は目にしているのではないかと思います。又メディアでも、手洗い方法を動画で放送するなど、人々に手洗いの方法はかなり浸透している事と思います。手洗いは感染対策には絶対必須です。

食事前、帰宅した時などなど、やりすぎかな？と思うくらいでも良いと思います。コロナ・インフルエンザ以外の感染症の予防にもなりますので、手洗いが習慣化する事を期待します。

自分の習慣で、ウイルス・細菌から守りましょう。

もう見慣れているとは思いますが、手洗い方法を上げておきます。

①



手を濡らして石鹸をつけたら、手のひらをよくこする

②



手の甲もよく洗う

③



指のあいだもよく洗う

④



爪のあいだも念入りにこする

⑤



指をねじり洗います

⑥



手首までしっかり洗う