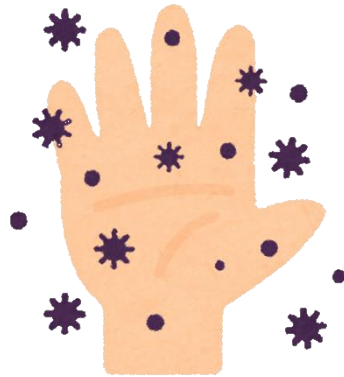


手洗いのすすめ

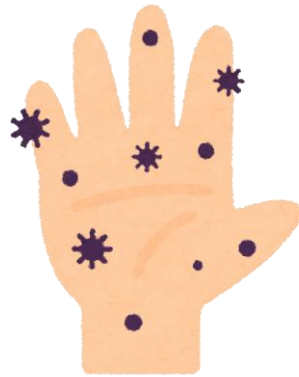
水と石鹸（ハンドソープ）で、ウイルスは減らせます

※手洗いの効果（イメージ図）



手洗いなし

約
100万個



流水 15秒

約
1万個



石鹸 10秒もみ洗い
+流水 15秒

約
数百個



石鹸 10秒もみ洗い
+流水 15秒を2回

約
数個

（参考文献）森功次他：感染症学雑誌。80：496-500（2006）

手洗いの“5つのタイミング”

公共の場所から
帰ったとき

咳やくしゃみ、
鼻をかんだとき

ご飯を食べる
前と後

病気の人の看病
をしたとき

外にあるものに
触ったとき