

# 正しい手洗いをしていますか？

環境総合センター

冬季はノロウイルスやロタウイルス等のウイルス感染を原因とする感染性胃腸炎が流行します。熊本市では市内の定点医療機関において感染性胃腸炎の患者の報告数の全体平均が2週連続して10人を超えた場合、ノロウイルス食中毒注意報を発令します。

予防のためには、正しい手洗いでウイルス等を洗い流すことが大事です。

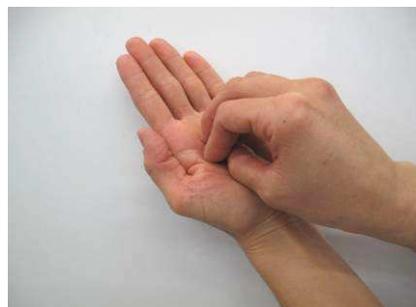
## 正しい手洗いの方法



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。



手の甲をのぼすようにこする。



指先・爪の間を念入りにこする。



指の間を洗う。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗い、流水でしっかり洗い流す。

- ・手洗いは、石けんで約30秒間洗い、その後流水で約20秒間洗い流すように心がけてください。
- ・ノロウイルスには 2度洗いが効果的です。

### 【関連サイト】

熊本市 感染症の発生情報

[http://www.city.kumamoto.jp/hpkiji/pub/List.aspx?c\\_id=5&class\\_set\\_id=2&class\\_id=1972](http://www.city.kumamoto.jp/hpkiji/pub/List.aspx?c_id=5&class_set_id=2&class_id=1972)

熊本市安全安心ひろば(食品保健課) [http://www.kumamoto-shoku.jp/anzen\\_anshin/](http://www.kumamoto-shoku.jp/anzen_anshin/)

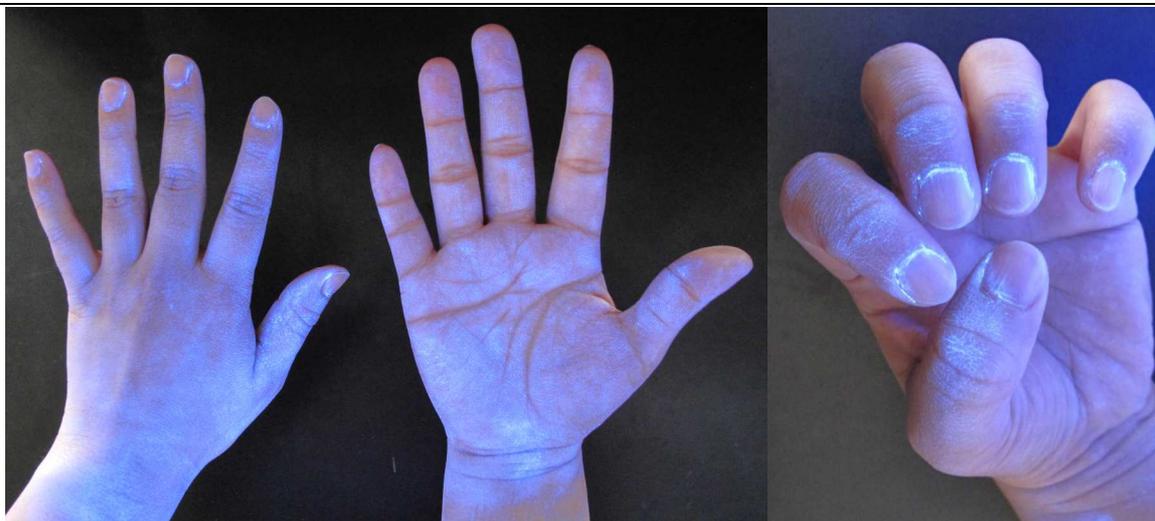
## 蛍光クリームを手塗り、洗い残しをチェックしてみました

手  
洗  
い  
前



蛍光クリームは紫外線を当てると青白く光ります。  
手を洗い、もう一度紫外線を当ててみると・・・。

手  
洗  
い  
後



手の細かいしわなどが青白く光って、洗い残しの部分が分かります。  
特に爪のまわりは洗い残しが多い部分なので、念入りに洗うように心がけましょう。

## 手に付いている細菌を培養してみました



こんなにたくさん！！  
調理前、トイレの後などに、正しい手洗いで  
しっかり汚れを落としましょう。