



クイズ  
・答え

Q

感染防止の手指衛生として適切なのはどれ？

- A 流水洗いのみで十分
- B 流水による石鹸洗いや手指アルコール消毒薬の活用、どちらも効果がある



A

B 流水による石鹸洗いや手指アルコール消毒薬の活用、どちらも効果がある

今月の  
健康  
コラム



## 「感染症予防のための手洗い」

感染症対策の基本は、手洗いとマスクの着用を含む咳エチケットです。  
今回は手洗いについてご紹介します。

手についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要です。

【手についたウイルス】

- ・流水による 15 秒の手洗い → 100分の 1 減
- ・石鹸で 10 秒もみ洗い後、流水ですすぐ → 1 万分の 1 減

### 【正しい手洗いのポイント】



すぐに手洗い出来  
ない時等は、手指  
アルコール消毒薬  
を活用しましょう！

