

# 令和5年11月 安全衛生メッセージ

Nobember  
**11月**



## 季節の変わり目 自分の体 見直そう生活習慣

知ってる？感染の基礎知識 2 ～クイズに答えてみよう!!～

問1. 洗い残しの起こりやすい部位はどこでしょう？

### 正しい手洗い

液体石けんと流水による手洗い

1. 初めに、水で手を濡らし、石けんを手に取ります  
First, wet your hands with water and apply enough soap
2. 石けんをよく泡立てながら、手のひらを洗います  
Wash your palms while whipping soap well
3. 手の甲を伸ばすように洗います  
Wash it to extend the back of your hand
4. 指先・爪の隅を念入りに洗います  
Wash your fingertips and under nails carefully
5. 指の間を洗います  
Wash in between the fingers
6. 親指をねじりながら洗います  
Wash while twisting your thumb
7. 手首を洗います  
Wash your wrists
8. 流水で石けんと汚れを洗い流します  
Rinse off soap and dirt under running water
9. ペーパータオルでしっかりと、水分を拭き取ります  
Dry hands using a paper-towel

洗い残しの  
起こりやすい  
部位

手のひら&甲の  
どの部分??

問2. どれだけウイルスが残っているのでしょうか？

### 手洗いの時間・回数による効果

手洗いの方法	残存ウイルス数 (残存率)*
手洗いなし	??????? 個
流水で15秒手洗い	約10,000個 (約1%)
ハンドソープで10秒または30秒もみ洗い後、流水で15秒すぎ	数百個 (約0.01%)
ハンドソープで60秒もみ洗い後、流水で15秒すぎ	数十個 (約0.001%)
ハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すぎを2回繰り返す	????? 個 (%)

\*: 手洗いなしと比較した場合

正解はこちらのQRコードを読み取ってね♪  
(エルホームHPの職員専用サイトにアクセスします)

