

石けんを使って最低15秒以上  
指の間や手首も含めて丹念に  
洗いましょう



洗ったあとは清潔なタオルなどで  
水分を十分に拭きとりましょう



参考：「厚生労働省HP 新型インフルエンザ入門 かからないための予防法より」

うがいもしましょう

インフルエンザ等の予防に  
手洗いをしましょう

