

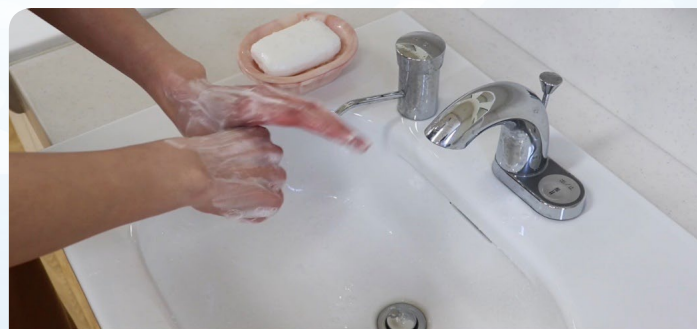


担当 保健師

マスクや手指消毒液が手に入りにくい状況が続いていたため、感染予防（インフルエンザ・ノロウイルス含む）の基本である正しい手洗いを日々の習慣にしていたとき、小さなお子さんから年配の人まで元気に過ごせるようにしたいと考えました。

動画では、手洗いのポイントを歌詞にして楽しく洗えるように幸手市民体操のメロディーに乗せ、お伝えしています。

仕事を頑張る手、誰かを支える手、勉強する手、楽しく遊ぶ小さな手…、ALL 幸手で「♪明日をつかむ～幸せの手だ～」の輪を広げましょう♪ 【健康増進課一同】



わす おやゆび ね
♪忘れちゃダメだよ 親指のつけ根～

④親指のつけ根は洗い忘れが一番多いところですよ。

忘れず親指のつけ根を **Wash!!!**



ゆび あら
♪指のあいだは ちゃんと洗えたかな？！

⑤指の間は洗い残しが多いところですよ。しっかり **Wash!!!** しましょう！

左右交互に **Wash!!!Wash!!!**



てくび あわ
♪手首もクルクル～ 泡あわします～

⑥手首の汚れも **Wash!!!** します。手首をクルクル回すのがポイント！クルクル泡あわ **Wash!!!**

■洗い終わったら
泡を水で洗い流し、清潔なタオルやペーパーで拭き取ります。



画像提供：食品衛生協会幸手支部



担当 保健師

手洗いチェッカーで確認してみると…
洗い残しの部分が白く浮かび上がっています。
意識せずに手を洗うと、洗い残しがたくさん！
Happy Hands Wash を元気よく歌って、
楽しみながら、綺麗な手になりましょう♪
Let's Happy Hands Wash !

♪ 幸手市手洗いソングで♪

Happy Hands Wash

手洗いのポイント

- ①爪は短く切っておく！ ②指輪や時計などは外しておく！
正しい方法で、しっかり 30 秒以上！



て あら
♪手のひら ゆびさき 洗います～

さあ！元気よく歌いながら、**楽しく**
Let's Happy Hands Wash!

- ①流水で濡らし、よく泡立てます。
手のひらをしっかり **Wash!!!**



♪さって さって さって さって 手のしわも～

- ②手のひらに続いて指先を洗います。
爪の間も **Wash!!!**

爪の中の汚れに要注意！
指先で手のしわに沿って洗いましょう。
汚れは手のしわにも潜んでいます。



担当 栄養士

- ③手のひらだけでなく、手の甲も伸ばすように **Wash!!!** します。

まだまだ、気を抜かないでね！



♪さって さって さって さって 手の甲も～

■感染症対策の基本は「手洗い」です

ドアノブやつり革など、不特定多数の人が触る場所にウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事の前などには必ず手を洗いましょう！

■手洗い動画を配信中

幸手市公式 YouTube チャンネルにて公開しています。ぜひご覧ください。



YouTube

