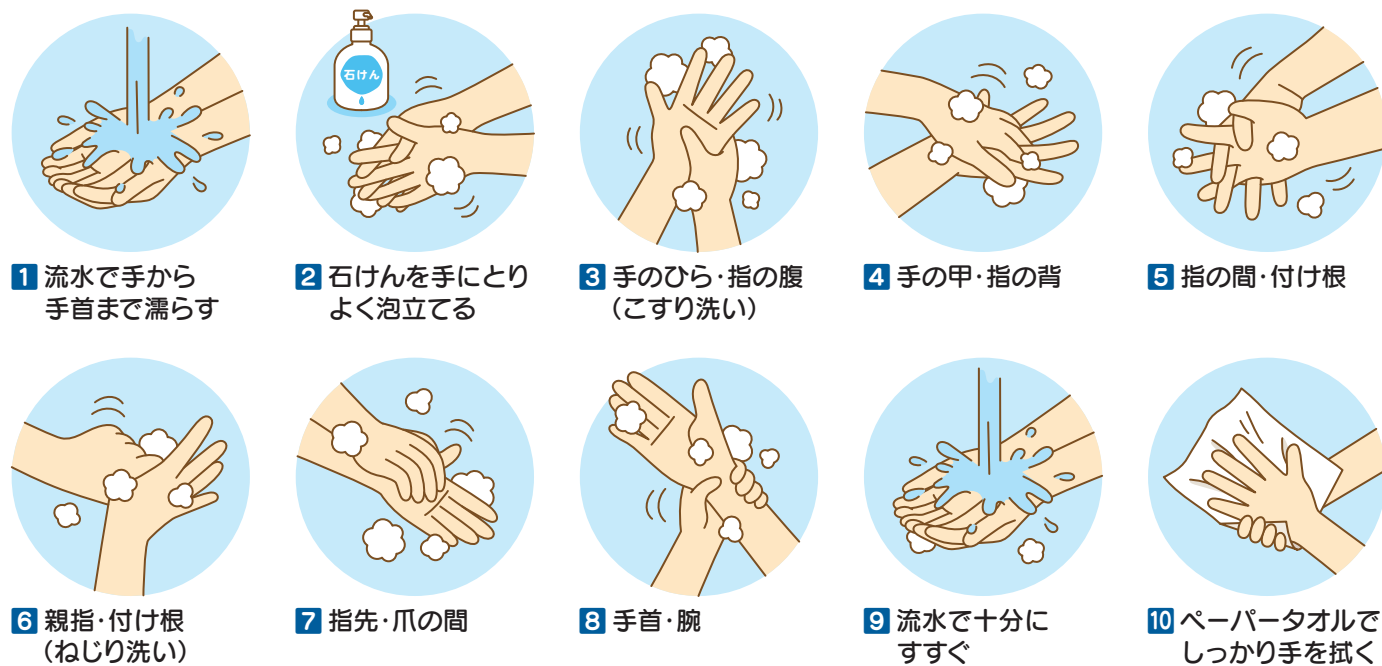


食中毒予防の第一歩 正しく「手洗い」できていますか？

手にはたくさんの微生物が付着しており、中には食中毒の原因になるものもあります。微生物は洗い流すことができますが、洗い方次第では意外と落ちていないことも。手を介した食中毒を引き起こさないために正しい手洗い方法を身につけましょう。

（手洗いの手順）

◆指輪や腕時計などは外して行いましょう ◆2～9を2回行くとより効果的です



気をつけたいポイント

ポイント1 タオルの共有をしない

手に残っていた細菌やウイルスがタオルに付着している恐れがあるため、せっかく洗った手が汚染されることも。ペーパータオルもしくは清潔なタオルを使いましょう。

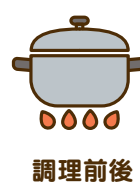
ポイント2 洗いすぎに注意！

皮脂が失われて乾燥することで手が荒れやすくなり、そこから細菌やウイルスが入り込みやすくなります。過度な手洗いに注意しハンドクリームなどで手のケアも忘れずに。

手洗いのタイミング



帰宅後



調理前後



食事の前



トイレの後



嘔吐物を
処理した後



ペットに
触れた後

その他、おむつ交換の後、咳・くしゃみや鼻をかんだ後など、適切なタイミングで行いましょう。

（消毒の手順）

◆15秒以上行いましょう（途中で消毒液が乾いてしまった場合は足してください）



Q 手洗いと消毒、どちらが効果的な？

消毒の方が効果が高いですが、手に汚れがあると消毒液が行きわたらず十分な効果を得ることができなったりノロウイルスにはアルコール消毒があまり効かないと言われているため、まずはきちんと手を洗うことが大切です。

あんあんクイズ

正解者の中から抽選で20名様に500ポイント進呈！

「細菌性食中毒」が多発する時期はいつ頃でしょう？

- 4～6月頃
- 6～8月頃
- 11～3月頃

ヒント・応募はこちらから（応募は何度でも可能です）▶

応募締切

2025年7月25日（金）
（注文用紙は7月5日まで）

※ポイントの進呈は、とやま生協・コープいしかわ・福井県民生協の組合員が対象です。
※お預かりした組合員個人情報は、あんあんクイズ、その他ご本人への通知で利用させていただきます。
※当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。



あんあんくん 第96話 洗い残しが多い箇所

