

復習 手指のアルコール消毒

vol.12
2021.02.01

健康ワンポイント

アルコール消毒の効果的な使い方

1回に使う量は、**3~4ml**が目安



手のひらに500円玉位の量で、
3~4mlになります。

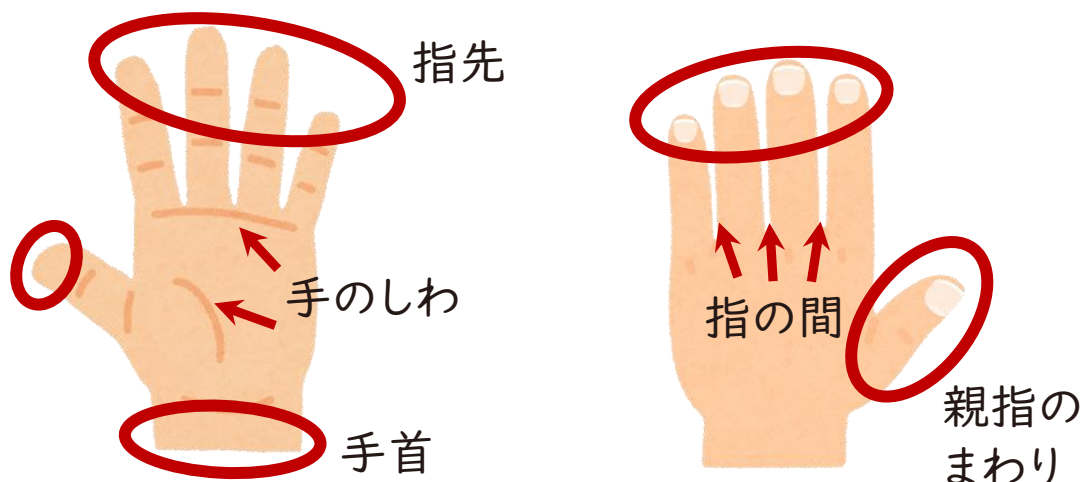


アルコール濃度は
70~95%がおすすめ。

指先を中心に、手洗いと同様、
まんべんなく擦り込む。



擦り込むポイント



消毒後は十分に乾燥させる。

手洗い後の濡れた手で、
アルコール消毒をすると、効果が低くなります。
アルコールに過敏な方は手洗いを。

他の健康ワンポイントは
こちらから→



鎌倉市役所市民健康課

