

氏名

実施日 /

【衛生学手洗いのチェック表】

日頃の手洗いの状況を振り返ってみましょう！



「正しい手洗い」が

「感染症予防」

で非常に重要だよ！

項目	○か×	備考
爪は短く切っている。		爪の間には多くの菌が入ります。手の平から出ない程度に切りましょう。
マニキュアは付いていない。		マニキュアによって爪に菌が付着したり、手洗いで残る可能性があります。
手洗いをするときには指輪や時計などの装飾品を外している。		装飾品の間に菌が残ったり、手洗いが行き届かなくなります。
衛生学手洗いを知っている。		日常の手洗い：汚れの除去 衛生学的手洗い：一時的に付着した微生物を洗い流す
どのような時に衛生学手洗いをするか知っている。		作業前、トイレの後、生ものに触った後、外出後、汚れたもの(便や吐物など)に触れた後
アルコール消毒と手洗いを区別して実施している。		アルコール消毒は目に見える汚れが付着した際には効果がありません。
施設の水道・石鹸は自動で水が出る。		水道の栓や石鹸を出す際のボタンにも菌が付着しています。
パンフレットの 2~6 の手順を 30 秒程かけている？		洗い残しがないように手洗いをしましょう。
パンフレットの 8 は 20 秒程度かけている？		石鹸の流し残しは菌が繁殖します。
手洗い後は清潔なタオルやペーパータオルを使用している。		他の人の菌が清潔にした手に付着します。
手洗いの後にアルコール消毒をしている。		衛生学手洗いを実施した後にアルコール消毒をするとより、手指の菌が減少します。
手洗いの後に保湿している。		乾燥や切り傷があると、洗い残しが増えてします。気になる方はハンドクリームなどを使用しましょう。
手洗い後に水道周囲を清潔にしている。		水回りには菌が繁殖します。手洗い後は、ペーパータオルなどで水をふき取り、しっかりと乾燥させましょう。