

新しい生活様式に、スイッチしよう。

# スイッチ! 手洗い

手洗いは、こまめにしっかりすみずみまで。正しい洗い方で、ウイルスから身を守ろう。



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

スイッチ! おかやま

岡山で暮らす私たち一人ひとりの行動が、岡山の未来につながっているから。今は、マナーをON。ゆるみをOFF。安心な岡山を、みんなで作ろう。

[switch-okayama.jp](https://switch-okayama.jp)

スイッチおかやま

