



第6回 てあら 手洗いの確認方法について (対象 ; たいしょう 高学年・ちゅうがくせい 中学生)



てあら
手洗いはできているかな？

しょくじ
食事をするときや、がっこう
学校へついたときなど
まいにち てあら
毎日手洗いしているよ。



じっせん
実践できていてすごいね！
てあら
手洗いを『いつ』するのか、『ほうほう方法』について
おさらいしてみよう。

てあら
手洗いをいつするのか、

ほうほう かくにん
方法について確認しよう！！



こども用⇒てあら手洗いについて (リンク)

じゅうぶん て あら のこ
『十分に手が洗えたよ』とおも
みられることが多くあるの。
おお

てあら もくてき め み 見える よご
手洗いの目的は、『目に見える汚れ』と『目に見えない汚れ』を
と のぞ
取り除くことだよ。

め み 見える よご おちたかどうかは見た目ですぐに知ることが
み め かんたん し
できるけど、目に見えない汚れは、見た目ではわからないね。



たし め み 見える よご おとそうとおも
確かに、目に見える汚れは落とそうと思うけど、
おも

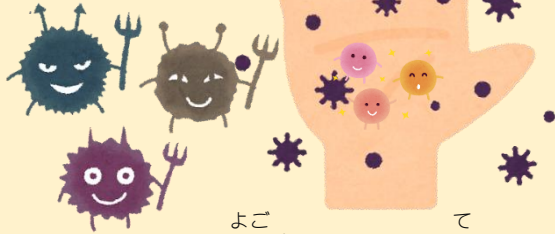
じょうたい てあら
きれいな状態だと手洗いできているつもりにな
なっているな。



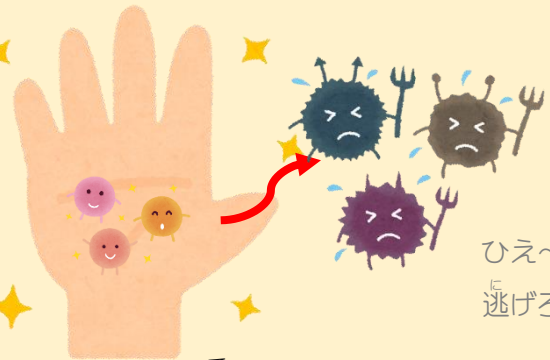


にちじょう てあら よご じよきよ
 日常の手洗いで汚れを除去しよう

うっひっひ
 きたな て
 汚い手だ



よご
 汚れている手



きれいな手



じょうざいきん
 常在菌

じょうざいきん ひと しんたい そんざい びせいぶつ さいきん
 常在菌とは、人の身体に存在する微生物（細菌）のうち、

おお ひと きょうつつ
 多くの人に共通してみられるものです。

よご お たいせつ
 汚れを落とすことが大切だね。

あら のこ み ほうほう
 洗い残しを見る方法はあるのかな？



あら のこ かくにん ほうほう
 洗い残しを確認する方法があるよ。

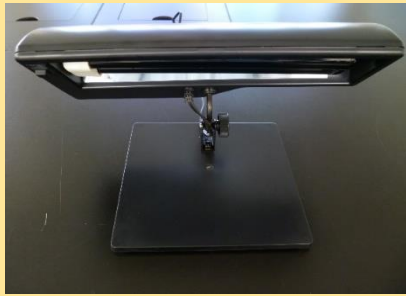
じっさい てあら ほうほう ただ せんよう きき
 実際に、手洗いの方法が正しくできているか、専用の機器を

つか かくにん
 使って確認してみよう！

かくにんほうほう
確認方法について

手に付いた菌やウイルスは目で見ることはできませんが、ローションを手指に付けて、手洗いをおこなった後、洗い残した部分が白く光るので、目で確認することができます。

しよう
使用するもの



せんよう きき しがいせんしょうしゃき
専用の機器(紫外線照射器)



て よご み た
ローション(手についた汚れに見立てる)

つか かた
使い方



①ローションを出す



②ローションを手指全体に塗り広げる



③手洗い用せっけん液を使って、普段通り手を洗う



④水で汚れを落とす



⑤ライトの下に手をかざす



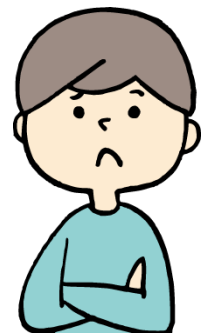
⑥白く光る洗い残し部分を
かくにん
確認する



よご 汚れは 残^{のこ}っていたかな？



ゆび あいだ ゆびさき つめ あら のこ
指の間や指先(爪)に洗い残しがみられたよ。



ゆびさき つめ ちゅうもく てあら ひつよう
指先(爪)に注目した手洗いが必要になるね。

つめ あいだ きん おお そんざい
爪の間には菌の多くが存在しているの。

ポイント① ^{ゆび あいだ あら}指の間を洗う



ポイント② ^{つめ あら}爪を洗う



ゆび く りょうほう ゆび あいだ あら
指を組んで両方の指の間をこすり洗いすることや、

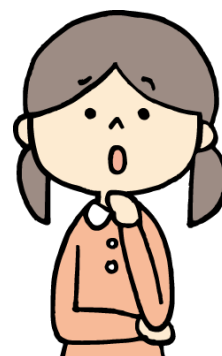
ゆびさき つめ ほんたいがわ て ひら
指先(爪)を反対側の手の平にこすりつけるように

えん か てあら
円を描くなどして手洗いしてみようね。





てひらはよくあらえているけど、てのこうやてくびが
あらえていなかったことがわかったよ。



あら のこ 洗い残しのある部分を目で見て確認することで、

じぶん てあら じゃくてん りかい 自分の手洗いの弱点を理解したね。

ポイント① 手の甲を洗う



ポイント② 手首を洗う



み お とし が ちな 部分も、しっかりと手を洗っていきましょうね。



よご のこ 汚れが残りやすい部分

ゆびさき 指先

てひらの しわ 手の平のしわ

おやゆび つね 親指の付け根、
ふくらみ

てくび 手首

てひらの 手の平

てのこう 手の甲

つめ ひふ あいだ 爪と皮膚の間
つめつけね 爪の付け根





ほかに ても ほうほう せつめい
他にも手をきれいにする方法について説明する

①アルコールで消毒すると菌が少なくなる

- えいせい きほん て あら しょうどく きん すく
・衛生の基本は『手洗い』ですが、アルコールで消毒すると、菌やウイルスは少なくな
ります。
- ただ ほうほう て あら しょうどく
・正しい方法での手洗いをしてからアルコール消毒をしましょう。

②水分をしっかりとふきとる

- すいぶん のこ きん すく
・水分をしっかりとふきとることにより、残っている菌をさらに少なくさせることが
できます。
- て のこ すいぶん うす ふせ しょうどく こうか たか
・手に残った水分でアルコールが薄まってしまうことを防ぎ、消毒の効果を高めることが
できます。

よご め み たし じぶん
汚れを目で見て確かめることによって、自分の

て たら かつ し
手の洗い方を知ることができてよかった。

ほか よご せんよう きき
他に汚れをみることができる専用の機器は

あるのかな？



よご すうじ あらわ ふ きき
汚れを数字で表すATP拭きとり機器が

あるよ。

なぜATP*が汚れの目安になるの？

ATPは、地球のすべての生き物のエネルギー



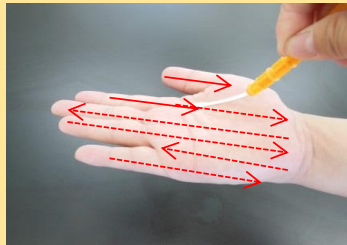
ATPは肉、魚、果物、微生物、皮脂、血液、毛髪、などに存在しています。ATPがたくさん

残っているということは、目に見えない洗い残しがあり、微生物繁殖のリスクがあることを意味します。

手指のふきとり方



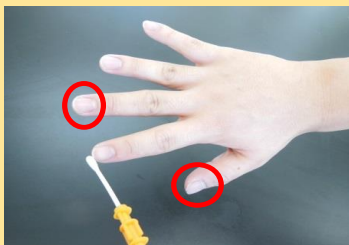
①手の平を横にふく



②手の平を縦にふく



③指の間をふく



④指先をふく

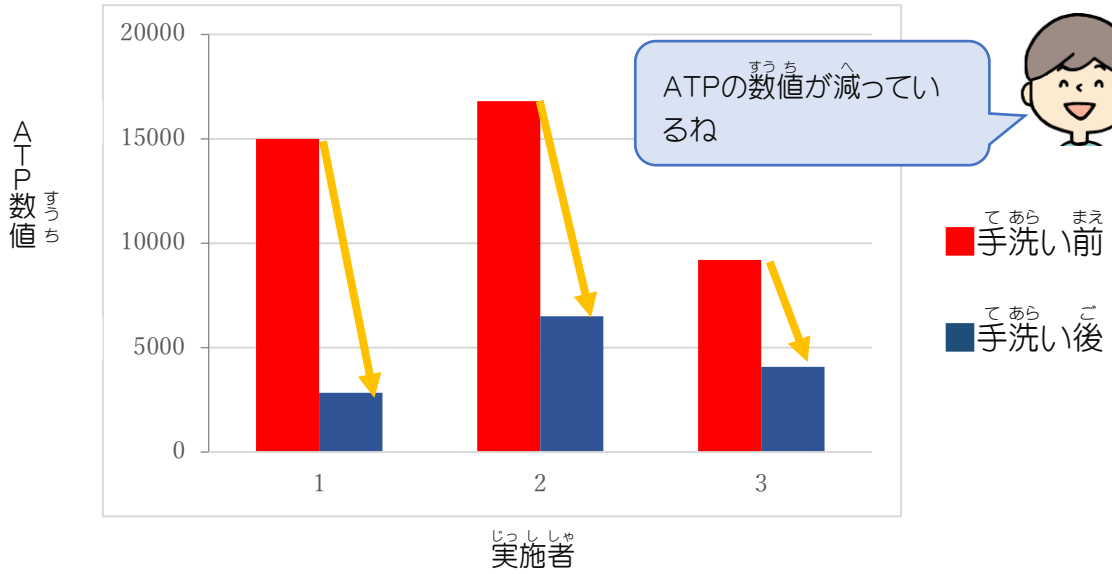


⑤測定する

注意: アルコールは使用せず、手洗い後、手が乾いた状態で測定する。

*ATPとは…ATP(アデノシン3'リン酸)とその分解物であるADP(アデノシン2'リン酸)のこと

てあら まえ てあら ご すうち へんか れい
手洗い前・手洗い後のATP数値変化の例



て あら ことによつてよご すく なくなつたのがわかるね！
ポイントをおさえながらしっかりと手を洗つていこうね。

よご おお そんざい
※汚れが多く存在していると、ATPの数値は高くなります。



いろいろな専用の機器など使つて

ただ てあら み
正しい手洗いを身につけようね。

先生方へ

紫外線照射器、ATP拭きとり機器の貸出しをしています。

簡易検査機器の貸出し(リンク)(無償)