



# 洗手(民眾版)

衛教編號:07



## 一、洗手五時機



1. 吃東西前



2. 跟小寶寶玩前



3. 看病前後



4. 擤鼻涕後



## 5. 上廁所後

## 二、步驟



## 1. 把手沖濕



## 2. 肥皂搓洗雙手 20 秒



3. 用清水將雙手沖洗乾淨



4. 用水沖水龍頭並關閉



5. 用乾毛巾或紙巾把手擦乾淨

你记住了嗎？



臺南佳里榮家保健組編印

住址：臺南市七股區三股里147號

電話：06-7880664

網址：[https://www.vac.gov.tw/vac\\_home/jiali/mp-210.html](https://www.vac.gov.tw/vac_home/jiali/mp-210.html)

