

# 건강을 지키는 올바른 손씻기

## ★ 손씻기 6단계 ★



### 01 단계

손바닥과 손바닥을 마주 대고 문질러 줍니다.



### 02 단계

손가락을 마주 잡고 문질러 줍니다.



### 03 단계

손등과 손바닥을 마주 대고 문질러 줍니다.



### 04 단계

엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 돌려주면서 문질러 줍니다.



### 05 단계

손바닥을 마주 대고 손가락을 끼고 문질러 줍니다.



### 06 단계

손가락을 반대편 손바닥에 놓고 문질러 손톱 밑을 깨끗하게 합니다.

## ★ 손씻기 실천 ★

### 음식을 먹기 전에



### 화장실에 다녀와서



### 외출하고 집에 들어와서



### 애완동물과 놀고 나서



## ★ 일상 생활 ★

### 놀이터



공공장소 손잡이

흙 (흙 문은 공)

공공장소 손잡이나 흙 문은 공에 세균들이 많아요.

### 화장실



욕조

세면대

욕조바닥

변기

화장실의 욕조, 세면대, 바닥, 변기에 세균들이 많아요.

### 책상



마우스

핸드폰

핸드폰과 마우스에 세균들이 많아요.  
(특히 PC방의 마우스는 1개당 약 48,000,000 마리의 세균이 검출)