

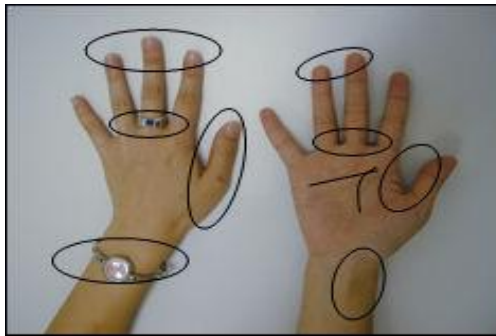
# ล้างมือให้สะอาด

ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างมือตามขั้นตอนข้างล่างนี้

## ตรวจเช็คก่อนล้างมือ

- ◆ ตัดเล็บสะอาดหรือไม่
- ◆ ถอดนาฬิกาและแหวนหรือยัง

Check !



## บริเวณที่สกปรกง่าย

- ◆ ปลายนิ้ว
- ◆ ซอกเล็บ
- ◆ บริเวณหัวแม่มือ
- ◆ ข้อมือ
- ◆ ร่องมือ

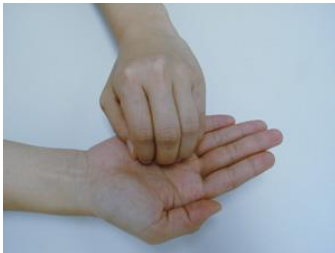
(1) ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างอุ้งมือ



(2) กางนิ้วถูบริเวณหลังมือ



(3) ล้างปลายนิ้วและซอกเล็บให้สะอาด



(4) ทำความสะอาดระหว่างนิ้ว



(5) เอามือข้างหนึ่งกำนิ้วโป้งแล้วถูบิดไปมา



(6) อย่าลืมล้างที่ข้อมือด้วย



ล้างฟองสบู่ออก แล้วใช้ผ้าขนหนูสะอาดเช็ดให้แห้ง