

手をあらいましょう

石けんをあわだて、しゃしんのじゅんばんであらいましょう

手あらいまえのじゅんび

- ◆ つめはみじかくきっていますか？
- ◆ とけいやゆびわをはずしていますか？

Check!



よごれがのこりやすいところ

- ◆ ゆびさき
- ◆ ゆびのあいだ
- ◆ おやゆびのあいだ
- ◆ 手くび
- ◆ 手のしわ

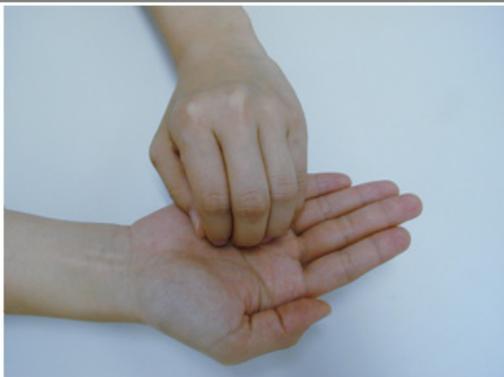
(1) 石けんをあわだて、手のひらをよくこする



(2) 手のこうをのばすようにこする



(3) ゆびさき・つめのあいだをこする



(4) ゆびのあいだをあらう



(5) おやゆびと手のひらをねじりあらいする



(6) 手くびもわすれずにあらう



石けんをあらいながし、きれいなタオルでふきとってかわかす