

# じぶんのために みんなのために けんこうだいいち せっけんで てをあらおう

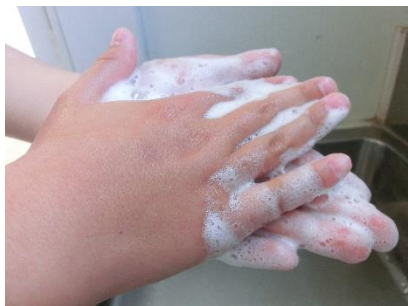
がっこうにきたあと・そとであそんだあと・トイレのあと・ごはんのまえなど  
みえないよごれやウイルスをていねいにあらいながしましょう。 こみあわないようにちゅういしてね



①せっけんをあわだてる



②いよてのひら  
をあらう



③いよてのこう  
をあらう



④ゆびさき・つめのあいだ  
をあらう



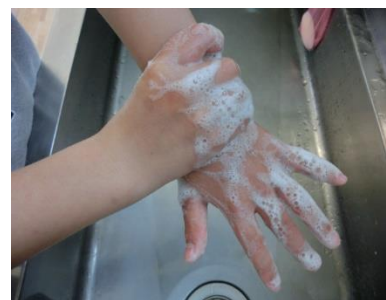
⑤ゆびのあいだ  
をあらう



⑥おやゆびのつけね  
をあらう



⑦てくびをあらう



⑧みずでながし  
ハンカチでふく

