

手を洗いましょう。

せっけんをつかって ^{あら}洗いましょう。

<p>て あら まえ 手を洗う前</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ^{つめ みじか き}爪は短く切っていますか? ◆ ^{とけい ゆびわ はず}時計や指輪は外しましょう <p>Check!</p> 		<p>よご 汚れが 残りやすいところ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ^{ゆび さき}指の先 ◆ ^{ゆび あいだ}指の間 ◆ ^{おやゆび まわ}親指の周り ◆ ^{てくび}手首 ◆ ^て手のしわ
<p>(1) ^{あわだ}せっけんを泡立て、^て手のひらをよくこする</p>	<p>(2) ^て手の甲をこする</p>	
		
<p>(3) ^{ゆびさき つめ あいだ}指先や爪の間をしっかりとこする</p>	<p>(4) ^{ゆび あいだ}指の間を ^{あらう}洗う</p>	
		
<p>(5) ^{おやゆび て}親指と ^て手のひらを ^{あら}洗う</p>	<p>(6) ^{てくび}手首を ^{あら}洗う</p>	
		
<p>せっけんを ^{みず}水で ^{なが}流す。きれいな タオルで ふく。</p>		