



# ても あらおう!



## ○ 手を洗うタイミング

① 食事の前



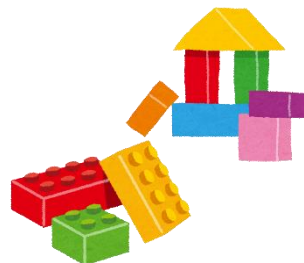
② 外出の後



③ トイレの後



④ 遊んだ後



## ○ 手を洗う順番

1



みずで てを ぬらす

2



せっけんを てのひらで  
あわだてる

3



ての こうを あらう

4



おやゆびを あらう

10秒もみ洗い後、  
流水で15秒すすぎを  
2回おこなうと  
さらに効果的です!

8



ぬるぬるしなくなるまで  
みずで ながす

7



てくびを あらう

6



ゆびさきを  
たてて あらう

5



ゆびの あいだを  
あらう



## ○ 食育活動の様子

食育活動では、正しい手の洗い方や手の洗い残しやすいところについて講話しています。  
また、手洗いチェッカーを使用して洗い残しているところを可視化して観察します。  
白く光っているところが洗い残しているところです! 🦠

