



ゴゴゴ ヨナヨナ

ドアノブや電車のつりかわなど、いろいろなものにさわること
で、キミの手にもウイルスが付いているかもしれません。だから、
帰ったあとやごはんの前など、こまめに手を洗いましょう。

正しい手洗いのシカた!

手洗いの前に ○爪は短く切っておきましょう ○時計や指輪は外しておきましょう

流水で
ぬらした手に
石けんを
つけ、



1 てのひらを
ゴシゴシ!



2 てのこうをのぼすように
ゴシゴシ!



3 ゆびさき・つめのあいだを
ゴシゴシ!



4 ゆびのあいだを
ゴシゴシ!



5 おやゆびとてのひらを
ねじりながらゴシゴシ!



6 てくびもわすれず
ゴシゴシ!

出典：厚生労働省ホームページ「手洗いポスター」を元に作成
(<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf>)

水でしっかりながして、
せいけつなタオルなどで
ふきとったらピカピカ!