ワンダーランド・ワンダーブック
せいかつポスター 1

てあらいを しよう！



ウイルスや　さいきんから
からだを　まもる　ために
てあらいに　ついて
しょうかいするよ！

これで バッチリ！ ての あらいかた

① てのひら



みずで　てを
しっかり　ぬらして、
せっけんを　つけて、
よく　あわだててから、
てのひらを　こすろう。

② ての こう



ての　こうを　あらおう。

③ つめの あいだ



てのひらの　うえで
ゆびを　たてて、
ゆびの　さき、つめの
あいだを　あわだてて
あらうよ。

④ ゆびの あいだ



てを　かさねて、
ゆびの　あいだを
あらおう。

⑤ おやゆび



おやゆびを　はんたいの
てで　ねじりながら
あらおう。

⑥ てくび



てくびも　はんたいの
てで　ねじりながら
あらうよ。

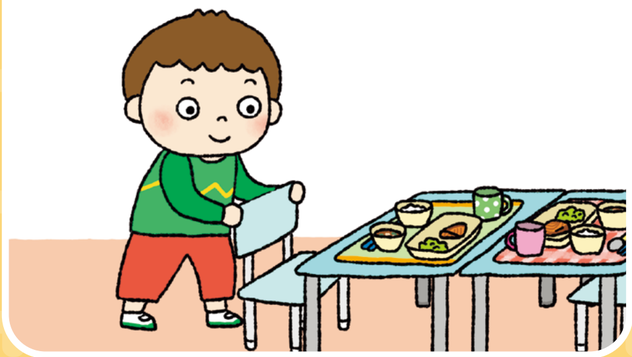
（出典：厚生労働省「正しい手の洗い方」啓発資料をもとに編集部作成）

てを あらう ときは いつかな？

そとで　あそんだ　あと



しょくじの　まえ



トイレに　はいった　あと



ほかには
どんな　ときに
てを　あらうか
かんがえて　みよう！



絵／のぶちか めばえ　デザイン／松本恵子　監修／田村幸子（田村内科小児科医院）［2704］