

てあらいで げんきにすごそう！



てあらいのしかた



ぬらす



せっけん



よくこする



すすぐ

せっけんとみずで てを よくあらおう

ハンカチ・ペーパーで てを ふこう（おようぶくで ふかない！）

こんなときは かならず てをあらおう

- ごはんのまえ
- おうちにかえったとき
- トイレのあと
- くしゃみをしたあと、はなをかんだあと

