

正しいキレイキレイ習慣

# 正しい手の洗い方

1



指輪や時計などは  
はずします。

2



まず流水で手を洗います。

3



せっけんをつけて  
しっかり泡立ってます。

4



手のひら、手の甲をこすり、  
指の間は、両手を組むように  
してこすり合わせて洗います。

5



親指は、反対の手で  
ねじるようにして洗います。

6



指先、爪の間は  
手のひらの上で指先をこする  
ように洗います。

7



手首は、反対の手で  
ねじるようにして洗います。

8



流水でせっけんと汚れを  
十分に洗い流します。

9



清潔な乾いたタオルで  
水分をしっかりと  
ふき取ります。