

# て あら 手洗い

かんせんしょう たいさく きほん てあら  
感染症対策の基本は「手洗い」にゃ 🐾

でんしゃ かわ さまざま ふ  
ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、  
じぶん て ふちやく かのうせい  
自分の手にもウイルスが付着している可能性があるにゃ!

がいしゅつさき きたくじ ちょうり ぜんご しょくじまえ て あら  
外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗おうにゃ!

ただ て あら しかた  
正しい手の洗い方にゃ 🐾

てあら まえ  
手洗いの前に

つめ みじ き  
・爪は短く切っておいてにゃ!  
とけい ゆびわ はず  
・時計や指輪は外しておいてにゃ!



りゅうすい て  
流水でよく手をぬらしてにゃ。



せっ て  
石けんをつけて、手のひらをよくこするにゃ。



て こう  
手の甲をのぼすようにこするにゃ。



ゆびさき つめ あいだ ゆび あいだ  
指先・爪の間・指の間を  
ねん い あら  
念入りにこすって洗うにゃ。



おやゆび て あら  
親指と手のひらをねじり洗いしてにゃ。



てくび わす あら  
手首も忘れずに洗うにゃ。

せっ あら お じゅうぶん みず なが せいけつ  
石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルや  
ペーパータオルでよく拭き取って乾かしてにゃ。

よくできました!!



しまや出版 しゅっぱん いや か  
癒し課 🐾

首相官邸、厚生労働省の発表したポスターを元に制作いたしました。