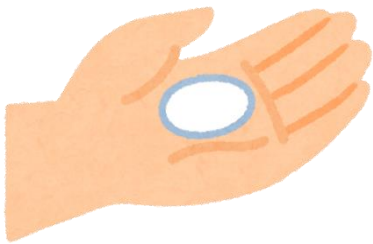


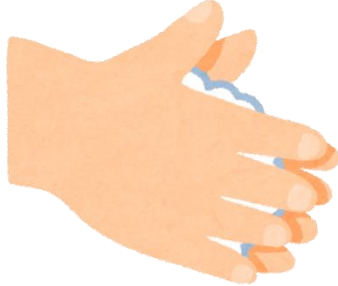


しよくじ まえ
食事の前には
 て
手をきれいに洗おう
 たら

て と
 ① せっけんを手取る



あわだ
 ② せっけんを泡立てて
 てのひらをあらう



たら
 ③ てのこうを洗う



ゆびさき たら
 ④ 指先・つめを洗う



ゆび あいだ たら
 ⑤ 指の間を洗う



おやゆび たら
 ⑥ 親指を洗う



てくび たら
 ⑦ 手首を洗う



たら なが
 ⑧ せっけんを洗い流す



⑨ きれいなハンカチや
 タオルでふく



とき
 こんな時にも、
 て たら
 きれいに手を洗おう



い あと
 トイレに行った後



がいしゆつ たら とき
 外出から帰った時