

Happy Hands Wash!



幸手市マスコットキャラクターさっちゃん

幸手市健康増進課 0480-42-8421



①

① 流れている水で
手をぬらします。

※手あらいのポイント
・爪は短く切っておく
・指輪や時計は外しておく

♪せっけん持ったらお水をジャー



②

② よく泡立ってます。

※正しい方法で30秒以上、
しっかり洗いましょう。

♪よ～く泡立て1分洗おう



③

③ 手のひらをしっかりと。
続けて指の先も洗います。

※爪の間もしっかり **ウォッシュ Wash!**

♪手のひら ゆびさき 洗います～



④

④ 爪の中の汚れに要注意!
指先で手のしわに沿って。

※手のしわにも汚れは潜れます。

♪さって さって さって さって 手のしわも～



⑤

⑤ 手のひらだけでなく、
甲も伸ばすように洗います。

ウォッシュ Wash! **ウォッシュ Wash!**

♪さって さって さって さって 手の甲も～



♪ 忘れちゃダメだよ 親指のつけ根～

⑥親指のつけ根は、
洗い忘れが一番多いです。

※忘れずにつけ根を

ウォッシュ
Wash!



♪ 指のあいだは ちゃんと洗えたかな?!

⑦指の間も
洗い残しが多いです。

※左右交互に洗いましょう。



♪ 手首もクルクル～ 泡あわします～

⑧手首の汚れも洗います。
泡あわをしましょう♪

※手首をクルクル回すのがポイント!

クルクル～泡あわ ^{ウォッシュ}
Wash!



♪ さって さって さって さって みんなの手～

⑨しっかり流しましょう。

※よく流さないと汚れが残ります。



♪ さって さって さって さって 元気な手～

⑩まだまだ流しましょう。

※泡、残っていませんか。

手首までしっかり流しましょう。



♪ 明日をつかみ 幸せの手だ～

⑪洗い終わったら、
清潔なタオルやペーパーで
ふき取りをしましょう。

