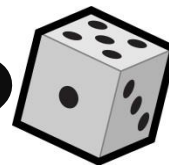


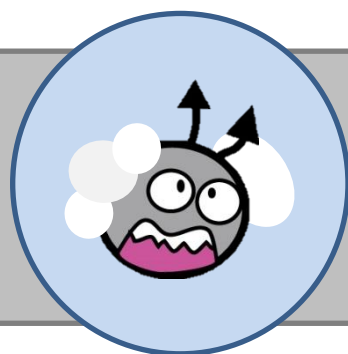
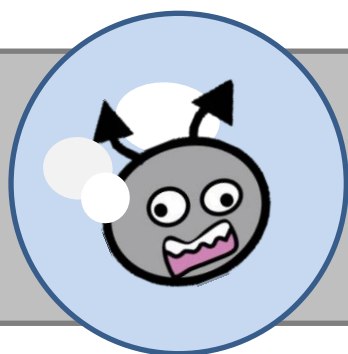


てあら 手洗いはごろく

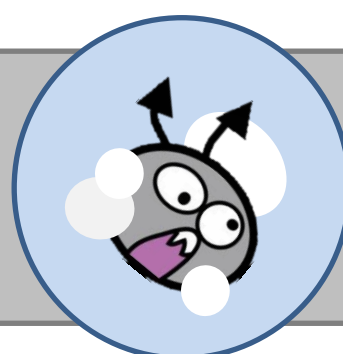


て
手がキレイに、
あら
洗えていなかった！？
→ウラの③を見てね！

もど
4マス戻る



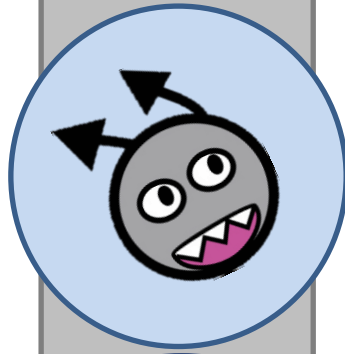
しっかりてあら
手洗いで、
びょうき
病気になるなかった！
すす
2マス進む



つか
せっけんを使って、
てあら
手を洗っていなかった！
→ウラの②を見てね！

もど
1マス戻る

かべ さわ
壁を触った！
いちどてあら
もう一度手を洗おう！
もど
2マス戻る



てあら うた
手洗いの歌で、
てあら
しっかり手を洗おう！
→ウラの①を見てね！

すす
1マス進む

て ふ
手を拭いたハンカチが、
よご
汚れていた！？
→ウラの④を見てね！

もど
ふりだしに戻る

い
トイレに行った。
いちどてあら
もう一度手を洗おう！
かいやす
1回休み

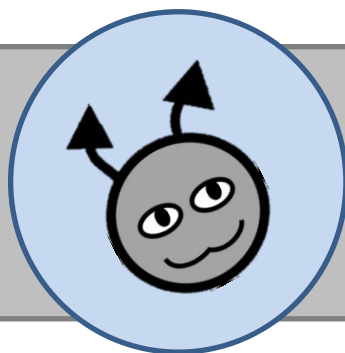
ゴール

おいしいケーキができたよ！
た まえ
食べる前も、
てあら
しっかり手を洗おうね！

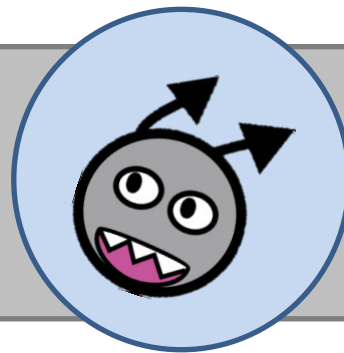


スタート

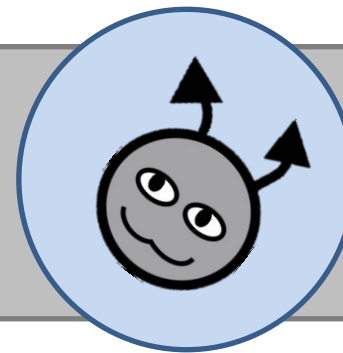
おいしいケーキをつく
りょうり
料理をする時は、
なに たいせつ
何が大切かな・・・？



しょういく
食育マンガで、
てあら
手洗いの勉強！
→ウラを見てね！
かいやす
1回休み



うで
腕まくりをして、
てあら
手洗い準備！
すす
2マス進む



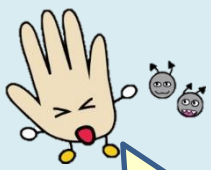
めざせ！手洗いマスター★

手には、いっぱい**ばい菌**がついている！

「手洗って、めんどくさいなあ…」

「汚れてないのに、どうして洗わなきゃいけないの？」

と思ったことのある人、いますか？ パッと見ただけではキレイな手でも、実は**ばい菌**がいっぱい！ とっても小さな**ばい菌**は、目には見えません。でも、体の中に入ると、お腹が痛くなったり、カゼをひいたり、私たちを病気にする力があります。だから、手洗いがとっても大切なんです！



手洗い前



手洗い後



手の汚れ（ばい菌）

手を洗ったら、**ばい菌**がへったぞ!!



こんな時には手を洗おう！

- トイレに行った後
- 外から帰ってきたとき
- ご飯を食べる前
- 動物にさわったとき
- 手が汚れたとき
- 料理をする前

手洗いの歌でしっかり洗おう！

ばい菌をやっつけるための正しい手洗いは、30秒以上が基本です。

「30秒ってどれくらいかな？」

そんな時は、歌をうたいながら手洗いをしてみましょう！



手洗いの歌



♪ 手をお水でぬらしましょう

せっけんで しゅっしゅっしゅっ



♪ 電の甲羅 つるつる すべり台



♪ 握手で きゅっきゅっきゅっ



♪ ねこのつめ にゃんにゃんにゃん
反対も にゃんにゃんにゃん



♪ お父さん お母さん お兄さん
お姉さん 赤ちゃんも (反対も)



♪ 最後は うで時計

せっけんパワーで、ばい菌退治！

②

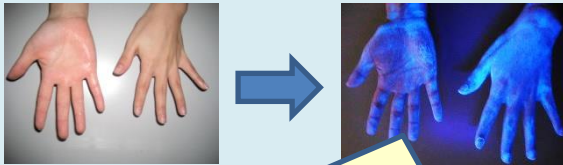
手を洗う時、せっけんを使っていますか？ せっけんをしっかりと泡立てて手を洗うことで、泡が手にあるシワや爪の間など、狭い場所に入り込み、ばい菌をしっかりと洗い流すことができます。せっけんを使う時は、しっかりと泡立てて使いましょう！



洗い残し、無いかな？

③

「ちゃんと手を洗ったよ！」
って、本当かな？ 手には、汚れが残りやすい場所があります。手を洗う時は、その場所を思い出して、気をつけて洗うようにしましょう。



ちゃんと洗ったつもりでも・・・
まだこんなに汚れてた！
白く光っているところが汚れだよ！

汚れが残りやすい場所



- 指先や爪の間
- 指の間
- 親指の周り
- 手首
- 手のシワ

そのハンカチ、キレイ？

④

手を洗った後は、ちゃんと拭いていますか？ 服で拭くなんて、ダメダメ！ ハンカチを使いましょう！ でも、そのハンカチ、毎日キレイなものと交換していますか？

手を拭いて湿ってしまったハンカチは、ばい菌が増えやすい環境になっています。同じハンカチを使い続けると、キレイに洗った手に、ばい菌をこすりつけているのと同じこと。ハンカチは、毎日キレイなものを使いましょう。

マンガで勉強だ！

食中毒には要注意！ 手作りにひそむ危険な罠の巻

