

# 30秒以上の手あらいで、病気を予防しよう



★<sup>じゅんばん</sup>順番にポーズをつかってゴシゴシすると、<sup>じょうず</sup>上手に<sup>て</sup>手あらいができるよ！(②～⑧の間は<sup>あいだ</sup>水を<sup>みず</sup>止めて、<sup>と</sup>最後に<sup>さいご</sup>蛇口を<sup>じゃくち</sup>あらおう。)



水でぬらす



あわだてる



手のひら



手のこう



ゆびのあいだ

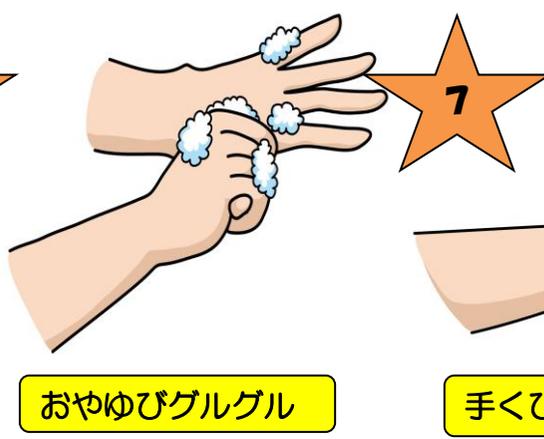
おねがい、おねがい♪

かめさん、かめさん♪

あの三角のお山の上で♪



つめゴシゴシ



おやゆびグルグル



手くびグルグル



あらいながす(③～⑧の順)



ハンカチでふく

おおかみあっとととと  
おっこちそう♪

いそいでバイクを  
フルンうんでん♪

ききいっばつつかまえた♪

ありがとうかめさん、みんなでごちそうです  
手をあらいましょう♪

タオルでふいたら  
いただきます♪