



て あら
手を洗おう!



WASH YOUR HANDS!



いえ かせ
家に帰ったとき



ちょうり まえ
調理の前



はん まえ
ご飯の前



あと
トイレの後

※ **家に帰ったらすぐに手や顔を洗いましょう**

(^{きが}着替えや^{こうかてき}シャワーも効果的です♪)

※ **手洗いは、30秒かけて水と石けんで丁寧**

^{おこな}
行いましょう