

ピコ太郎と一緒に 手を洗おう!!

ピコ太郎と一緒に『PPAP-2020-』のメロディーで、
歌いながら楽しく手を洗おう!

手洗いの前に 爪は短く切っておきましょう

20秒以上
かけてゆっくり!
ていねいに♪



1 水で手をぬらし、石けんで
手のひらをよ〜くこするピコ!



2 手のこうをスリスリ!
伸ばすようにこするピコ!



3 指先・爪の間をこまかく
こするピコ!



4 両手をギュッ!
指の間を洗うピコ!



5 親指つかんでグリグリ!
ねじり洗いピコ!



6 さいごは手首をつかんで
ゴシゴシだピコ!

石けんで洗い終わったら、水でしっかり洗い流し、
清潔なタオルなどでよく拭き取って乾かしましょう。



手の洗い方の手順は、厚生労働省のガイドラインを参考にしております。
手洗いだけでなく、マスク着用など感染拡大防止につとめましょう。