



①手を流水でぬらす



②石けんを適量取り出す



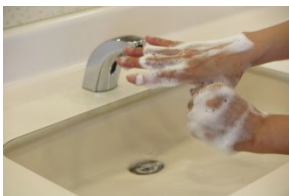
③石けんを泡立てる



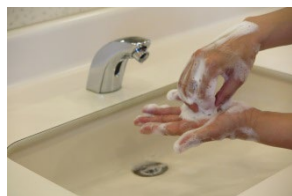
④手の甲を洗う



⑤指の間を洗う



⑥親指を洗う



⑦指先を洗う



⑧手首を洗う



⑨流水でよくすすぐ



⑩こすらずに水分を  
拭き取る



⑪ハンドクリームで  
保湿

