

ビオレママの
あわあわ
手あらいのうた



じゅんばんに
ポーズをつくらって
ゴシゴシすると
じょうずに
手あらいができるよ！



ビオレUを
ひと押し。
泡の準備よし！



🎵 おねがい、おねがい

カメさん、カメさん

あのさんかくの

お山のうえで

おおかみ

おととつとつと

おっこちそう



1 おねがいのポーズ

てのひらをあわせてスリスリ。
まずはいちばん広い
ところからしっかりとね。

2 カメのポーズ

親子ガメのように
両手を重ねてスリスリ。
忘れがちな手の甲もきちんと。

3 お山のポーズ

指と指を組んで三角の
お山を作ってゴシゴシ。
洗にくい指の間も上手に。

4 おおかみのポーズ

おおかみのように
つめを立てて、ゴシゴシ。
中に隠れたバイ菌を追い出そう。

5 バイクのポーズ

バイクの運転みたいに、
親指をつけ根からくりくり。
お口に入りやすい指だからね。

6 つかまえた！のポーズ

手首をにぎってくりくり。
お絵かき、お勉強で机にあたる
手首は意外に汚れる。

ききいっぱつ
つかまえた！
ありがとうカメさん
みんなで
ごちそうです
手をあらいましょ
タオルでふいたら
いただきます



©Kao/H.



薬用 殺菌・消毒

ビオレU
泡で出てくるハンドソープ 医薬部外品

この手洗い歌は
ホームページでも聴けるよ！
www.bioremama.com



10秒えるまですすいだら、



きれいなタオルで
ふいて、できあがり！