

手洗いあれこれ Q&A



病気の予防のためには、手洗いが大切です。
でも、「小さい子どもの手洗いはどうするのか？」と思うことは
ありませんか？ひろばでよく聞かれる質問に、お答えします。

Q. 手洗いはいつから
できるようになるの？



A. 1歳を過ぎたら手洗いの習慣を
つけましょう

外から帰った時や食事の前に、
毎回大人と一緒に手洗いをするので、
習慣につながります。

2歳頃には、大人の声かけで、自分で手を
洗うことができるようになりますよ。

Q. 赤ちゃんの手洗いは？



A. 1日1回は
しっかり洗うようにしましょう

首の座っていない赤ちゃんも
入浴の際に指の間などもしっかり
洗うようにしましょう。



A. 食事前の手拭き、
手洗いを習慣にしましょう

離乳食が始まったら、食事の前に手を拭いて
手洗いの習慣につなげていきましょう。

赤ちゃんの体がしっかりしてきたら、
抱きかかえて手を洗うことができますよ。

Q. 手洗いを嫌がらずに
習慣づける工夫は？



A. 楽しく覚えて習慣にしましょう

知っている歌に合わせて教えると、
楽しい雰囲気の中で
自然と身に付けることができますよ。

♪きらきらぼしの歌にあわせてうたいながら洗ってみましょう♪



「てのひらあらおう てのこうあらおう ゆびさきつめと
ゆびのあいだも おやゆびねじり さいごはてくび」
*十分に石鹸を泡立てて洗い、流水でよくすすぎましょう