



## ① みずでてをぬらし、石けんをつけ、 てのひらをすりあわせる

Wet your hands with water and apply soap. Scrub your hands by rubbing your palms together.

淋湿双手，取适量肥皂，掌心对掌心均匀涂抹和搓揉。



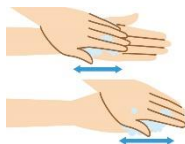
손에 물을 적시고, 비누칠을 하고, 손바닥을 마주 대고 문지릅니다.

Làm ướt tay bằng nước, thoa xà phòng và chà xát hai lòng bàn tay vào nhau.

## ② てのこうをあらう

Scrub the back of your hand using the palm of your other hand.

用另一只手的掌心搓揉手背。



손등을 다른 손바닥으로 문지릅니다.

Chà lòng bàn tay này lên mu bàn tay kia

## ③ ゆびのあいだをあらう

Scrub between your fingers.

双手的手指间也要互相搓揉。



양 손가락 사이를 문지릅니다.

Chà và miết mạnh các ngón tay vào các kẽ ngón tay.

## ④ おやゆびと そのつけねをあらう

Use the palm of your other hand to scrub your thumb.

将拇指放在另一只手的掌中搓揉。



엄지손가락을 다른 손바닥으로 문질러 씻습니다.

Xoa ngón tay cái của tay này vào lòng bàn tay kia

## ⑤ ゆびさきをあらう

Scrub your fingertips, too.

指尖也要充分搓洗。



손끝을 문질러 씻습니다.

Chà và rửa sạch đầu ngón tay

## ⑥ てくびをあらう

Scrub your wrist last.

最后清洗手腕。



마지막으로 손목을 씻습니다.

Cuối cùng, rửa sạch cổ tay

## ⑦ みずであらいながす (①～⑦を2回くりかえす)

Rinse your hands well under clean, running water. (Repeat steps ① to ⑦ 2 times.)

用清水彻底冲走泡沫。(重复步骤①～⑦两次)



충분히 물로 씻어냅니다. (①～⑦을 2회 반복합니다)

Rửa lại bằng nước (Lặp lại 2 lần bước ① đến ⑦).

## ⑧ ペーパータオルなどで てをふく

Dry your hands using a clean towel.

用纸巾等擦干双手。



중이 타월 등으로 물기를 잘 닦아냅니다.

Lau tay bằng khăn giấy.

## ⑨ しょうどくする

Spray some alcohol-based hand sanitizer and rub it into your hands and fingers well.

在手上倒少量的酒精消毒液，搓揉手指。



소독용 알코올을 뿌려 손가락에 잘 바릅니다.

Sử dụng cồn sát khuẩn xoa đều lên các ngón tay.