

# アルちゃんといっしょに **て** **あ** **ら** **い** しよう♪



ては  
こんなときに  
あらおうね★

ごはん  
のまえ



おやつ  
のまえ



どうぶつに  
さわった  
あと



トイレ  
のあと



おそとから  
かえった  
あと



アルちゃん



1

てをぬらしてね

2

せっけんをとってね

3

てのひらをごしごし

4

てのこうをごしごし

5

ゆびのあいだをごしごし

6

ゆびさきをくるくる

7

おやゆびをぐりぐり

8

てくびもぐりぐり

9

あわをながしてね

10

しっかりふいてね!