

PHƯƠNG PHÁP RỬA TAY ĐÚNG CÁCH

正しい手の洗い方



1 Cho xà phòng vào lòng bàn tay.

ハンドソープ(薬用尚可)を手に取り、良く泡立てます。



2 Chà rửa hai lòng bàn tay.

手のひらを洗います。



3 Dùng lòng bàn tay này cọ rửa
mu bàn tay kia tuần tự hai tay.

手のひらで、手の甲を包むように洗います。反対も同様。



4 Rửa kỹ các kẽ ngón tay.

指の間もよく洗います。



5 Tiếp đó rửa kỹ đến cả đầu ngón tay.

指の先までよく洗います。



6 Rửa xung quanh ngón tay cái,
tuần tự hai tay.

親指の周囲もよく洗います。反対も同様。



7 Rửa sạch kẽ móng tay, tuần tự hai tay.

爪の先、間もよく洗います。反対も同様。



8 Rửa sạch hai cổ tay.

手首もよく洗います。反対も同様。