

*さあ、お風呂に入ろう！
 じぶんで体あらせるかな？

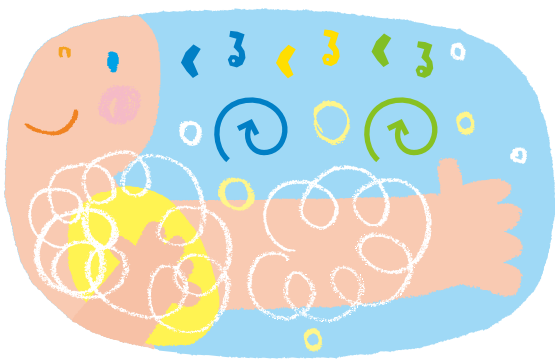


こうやって体をあらうときれいになるよ。
 まずは、せっけんをタオルにつけて、よくあわだてよう。



1 くび
 首と
 うで

かたからうで、指の先にむけて、
 くるくると小きざみにこすろう。



2 むねと
 おなかと
 わきの下

くすくすこすね。



むねとおなかを上下にこすったあとで、
 手をぐーんと上げてわきの下のくぼみを
 小さく上下にこすろうね。

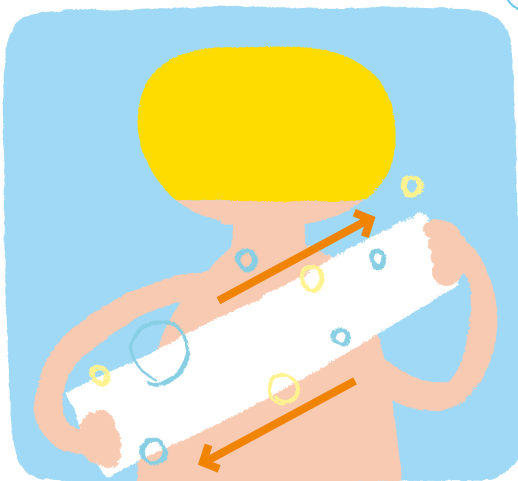
4 おしりと
 おまた



足をかたはばくらいにひらいて立ち、
 せっけんのついたタオルを広げて、
 男の子はおちんちんのまわりを
 女の子は前から後ろへそっと
 こするようにね。

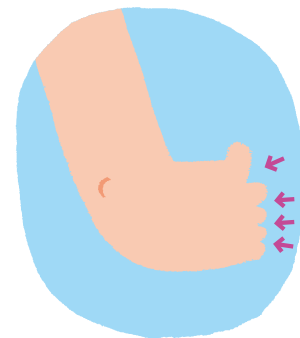
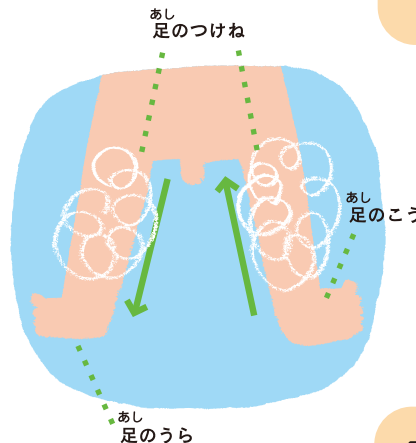
3 せなか

ひろげたタオルのはしをもち、
 かつぐようにせなかにまわし、
 たれ下がった、もういっぽうのはしを
 つかんで、ななめにうごかしてあらおう。



5 あし
 足

足のつけねから足首にかけて、
 足の丸みにそって上下にこすろう。
 つぎにふろいすにすわって、
 タオルを小さくたたみ、足のこう、かかと、
 足のうらとじゅんばんにあらおう。



タオルのはしをひとさし指にかぶせ、
 それぞれの足の指のあいだ、
 指のうらのつけねぶぶんもわすれずにね。

出典：6歳までのしつけと子どもの自立 合同出版