

清潔チェックリスト

		7/ 1	9/ 1	11/ 1	1/ 1	備考
【理 解】	病気にならないように					
	自分が不快にならないように					
	相手に不快感を与えないように					
【内 容】	手を洗う					
	うがいをする					
	歯を磨く					
	鼻をかむ					
	汗を拭く					
	顔を洗う					
	足を洗う					
	入浴する					
	髪を整える					
	汚れたら着替える					
	排泄の始末をする					
	爪を切る					
	耳垢をとる					
	掃除をする					
	整理整頓をする					