キレイキレイ
「おててをアラウータンたいそう」

作詞・作曲・振り付け
バイ菌とたたかうプロジェクト

は～い。みんなみんな。
キレイキレイの時間だよ～。
みんなの手には、目に見えないけど
バイ菌がいっぱいついています。
キレイキレイでバイ菌をやっつけよ～！
準備はいいかな。（は～～い！）
先頭のお友達が洗ってる間、後ろのお友達は
同じポーズを練習してね。（は～い！）

おててをアラウータンたいそう～!!
バイバイ　バイキンやっつけろ！
アラアラおててがアラきたない。
アラアラ洗おうアラウータン！

①まずはお水で手を流そう！水がはねないようにね！
②ハンドソープをとって手のひらで泡立てるよ～！
③おててをあわせて**うなぎ**のポーズ～！
にょろにょろにょろにょろ、
にょろにょろにょろにょろアラウータン！
④手のひら手のうらあわせたら**かに**のポーズ！
かにかにかにかに、かにかにかにかにアラウータン！
⑤指の間は**ほたて**のポーズで！
ぱっくんぱっくんぱっくんぱっくん、
ぱっくんぱっくんぱっくんぱっくんアラウータン！
⑥親指と人差し指の間は、**いそぎんちゃく**のポーズ～！
ゆらゆらゆらゆら、ゆらゆらゆらゆらアラウータン！
⑦爪の間は、**たこ足**のポーズ！
たこたこたこたこ、たこたこたこたこアラウータン！
⑧手首は、**いか**のポーズ！
いかいかいかいか、いかいかいかいかアラウータン！

※部分繰り返し

さあ、水でゆすぐぞー。泡をよーく洗い流してねー！

水で流して　バイバイ　バイキン！
アラアラおててがキレイキレイ！
みんないい子だ、アラウータン！

⑨キレイな乾いたタオルで手を拭いて～
先頭の子は次のお友達と交代！

※部分繰り返し

さあ、水でゆすぐぞー。泡をよーく洗い流してねー！

水で流して　バイバイ　バイキン！
アラアラおててがキレイキレイ！
みんないい子だ、アラウータン！

⑨キレイな乾いたタオルで手を拭いて～
みんなみんなキレイキレイになったかな？
（はーい！）さん、にい、いち！
おててをアラウータンたいそう終わりー！

【①手洗い～②泡立て】

アワアワ♪ アワアワ♪

流水で十分に手をぬらし、ハンドソープを手につけ泡立てる。

【③うなぎのポーズ】

にょろ♪ にょろ♪

ハンドソープを手のひらと手のひらでよくこする。

【④かにのポーズ】

かに♪ かに♪

手のひらと手の甲をよくこする。

【⑤ほたてのポーズ】

ぱっくん♪ ぱっくん♪

指を開いて、左右の指を互いによくこすり合わせ、指の間も丁寧に洗う。

【⑥いそぎんちゃくのポーズ】

ゆら♪ ゆら♪

親指をもう一方の手で握り、親指と人差し指の間もよく洗う。

【⑦たこのポーズ】

たこ♪ たこ♪

手のひらにもう一方の指を置き、爪を手のひらにこするよう、横に動かす。

【⑧いかのポーズ】

いか♪ いか♪

両手首も手首をまわしながらよく洗う。

【⑨手ふきのポーズ】

ピッカピカ♪ ピッカピカ♪

タオルなどで水分を十分にふき取る。（同じタオルの使いまわしは×）