

せいそう

がっこう

# 清掃をマスターして学校をピカピカに!



社団法人 全国ビルメンテナンス協会





# 清掃をマスターして学校をピカピカに！

## もくじ



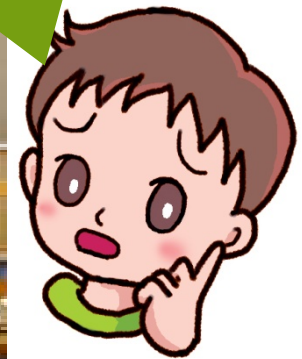
1. なぜ清掃をするのかな？
2. 清掃用具の使い方をマスターしよう！
  - ★ほうきの使い方
  - ★モップの使い方
  - ★タオルの使い方
3. 学校をきれいにしよう！
  - ★教室 ★廊下 ★階段 ★玄関・昇降口
  - ★トイレ ★手洗い場 ★体育館 ★校庭
4. 学校を大切に！
5. 清掃用具を片付けよう！
6. 最後にみんなもきれいにね！



# なぜ清掃をするのかな？



ホコリやゴミで汚れている教室だと、ちゃんと勉強できないね。





## なぜ清掃をするのかな？

きれいな教室  
だと、元気に気  
持ちよく勉強が  
できるんだよ。





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

ぼくの名前は  
「そら」  
これからぼくが、  
ピカタンと、正しい清掃を教えるよ！



はじめまして！  
ぼくはビルのように  
きれい「ピカタン」みんなで  
なかよく、清掃を  
やってみよう！



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## ほうきの使い方 一名前ー



ほうきは、いろいろな種類があつて、名前があるんだよ。これは、自在(じざい)ぼうき。



じざいぼうきだよ



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## ほうきの使い方 —持ち方—

片方の手を  
柄の先に、も  
う片方の手  
をおへその位  
置で持とう。



ぎゅっ





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## ほうきの使い方 —はき方—



足を楽に開いて、下の手が伸びるところでほうきを床におく。



横に動かし、上の手の足元で止める。



これをつづけて、前に進む。





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## ほうきの悪い使い方



こんな使い方をしていたら、どうなるかな？考えてみて。





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## モップの使い方 一名前一

モップにも、いろいろな種類があるんだよ。これは、ワンタッチモップ。



モップだよ



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## モップの使い方 ー持ち方ー

片方の手を柄の先に、もう片方の手をおへその位置で持とう。



ぎゅっ





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## モップの使い方 —ふき方—



足を楽に開いて、下の手が伸びるところでモップを止める。モップのふさ糸が外向きになるように床におく。



横に動かし、上の手の足元で止める。後ろに下がりがりながら横一直線にふく。



4～5回往復したら、ふさ糸をくるっとまわし、反対側の面を使う。



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## モップの悪い使い方



こんな使い方をしていたら、どうなるかな？考えてみて。



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの使い方 一名前—

タオルは、ふく面がたくさんあるから、便利だよ。





# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの使い方 — 洗い方としぼり方 —



じゃぶじゃぶ

しっかり  
しぼろう！



タオルをぼうの形にして、縦に並べた手のひらにのせる。



ぎゅっをつかんで、両手の親指が内側にくるようにひねる。



手がまわらなくなったところで止める。水がたれなくなるまで2~3回くりかえす。



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの使い方 — 折り方① —



かたくしぼったタオルを大きく広げる。



おりおり...



上の両端をあわせる。

2



大きさが半分になる。  
【2つ折り】



おりおり...



上の両端をあわせる。



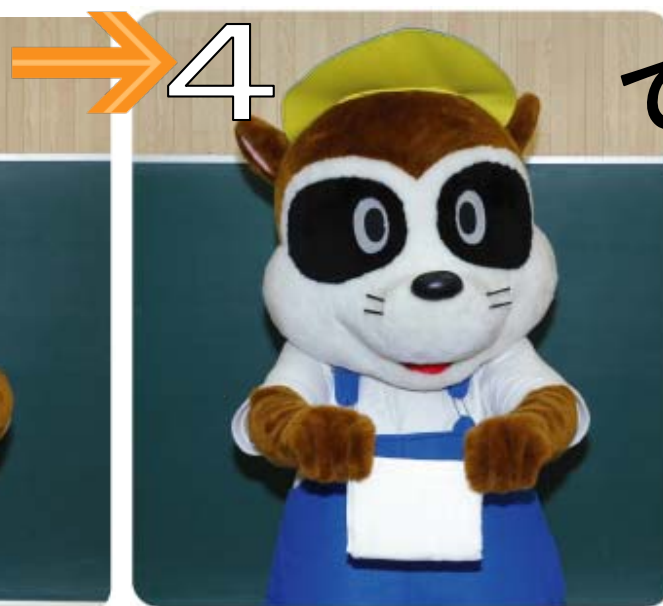


# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの使い方 ー折り方②ー



大きさが4分の1になる。  
【4つ折り】



上の両端をあわせる。  
大きさが8分の1になる。  
【8つ折り】



折り目を上にして、あわせ目は親指でおさえて完成。



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの使い方 ーふき方ー



ふき残しがな  
いようにね！

片手で机をおさえ、隅々までていねいにふく。



# 清掃用具の使い方をマスターしよう！

## タオルの悪い使い方



こんな使い方をしていたら、どうなるかな？考えてみて。



# 教室をきれいにしよう！

準備をしよう



必要な清掃用具をそろえて、窓をあけよう。



# 教室をきれいにしよう！

## 机を後ろにさげる



机の上にイスをあげる。



教室の後ろに机をさげる。  
運ぶときは、持ち上げること。



# 教室をきれいにしよう！

前の床をはく



机を後ろに下げたら、ほうきで隅から中央にゴミを集める。



# 教室をきれいにしよう！

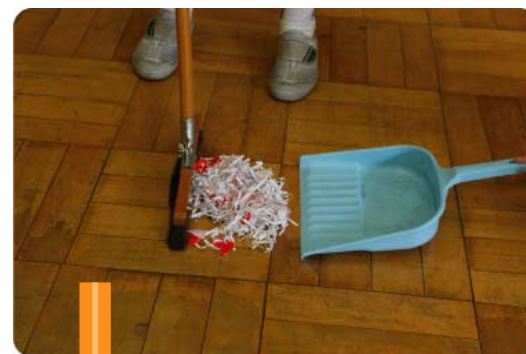
## ゴミを取る



しずかに  
入れよう。



ゴミを一箇所に集めて、  
2人1組になり、ほうきで、  
ゴミをちり取りに入れる。



ほうきの3分の2をちり取り  
に入れながら、ちり取り  
にゴミをいれる。



# 教室をきれいにしよう！

汚いところをふく

きれいな  
モップを  
使ってね。



ほうきで取れない汚れは、水で湿らせたモップでふく。





# 教室をきれいにしよう！

机を前に運ぶ

机は持ち上げて運ぼう！



教室の半分(前)がきれいになったら、机を前に運ぶ。



# 教室をきれいにしよう！

机をもとにもどす



教室の半分(後)もきれいにしたら、机をもとにもどす。



# 教室をきれいにしよう！

机をふく



机の隅々ま  
でていねい  
にふこうね。



かたくしぼったタオルで、机をふく。



# 廊下をきれいにしよう！

準備をしよう



必要な清掃用具をそろえよう。



# 廊下をきれいにしよう！

床をはく



ほうきで隅から中央にゴミを集めよう。



隅のゴミやホコリを外に出す。



ほうきで隅から中央にゴミを集める。



# 廊下をきれいにしよう！

ゴミを取る



しずかに  
入れよう。



ゴミを1カ所に集めて、2人1組になり、ほうきで、ゴミをちり取りに入れる。



# 廊下をきれいにしよう！

汚いところをふく



上の写真は悪い  
使い方だよ。どう  
なるかな？考え  
てみて。



ほうきでとれない汚れは、水で湿らせたモップでふく。



# 階段をきれいにしよう！

準備をしよう

必要な清  
掃用具を  
そろえよう。







# 階段をきれいにしよう！

## 床をはく位置

転ばないように  
気をつけよう！



足は、はく段の一つ下の段に片方の足を、さらにもう一つ下の段に、もう片方の足をおくこと。両足が同じ段にならないようにする。



# 階段をきれいにしよう！

はく悪い位置

写真は悪い使い方だよ。どうなるかな？考えてみて。



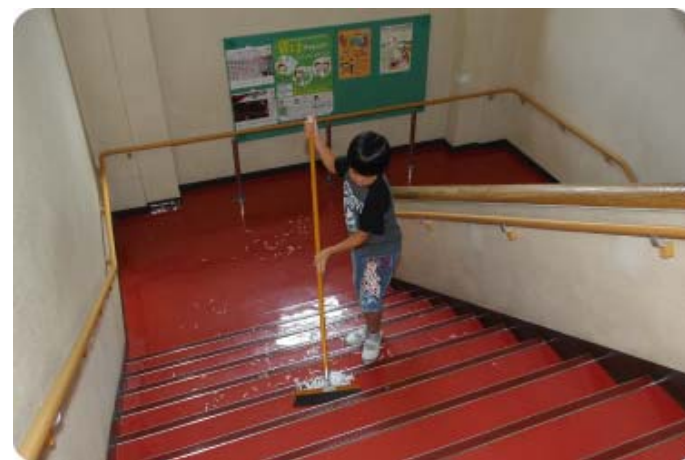


# 階段をきれいにしよう！

## 床をはく



段ごとに、隅から中央にゴミを集める。



中央のゴミを下の段に落とす。  
上の段から1段ごとにはく。



ほうきを壁にぶつけないようにね。



# 階段をきれいにしよう！

## ゴミを取る

しずかに  
入れよう。



おどり場で、ゴミを1カ所にあつめて、2人1組になり、ほうきで、ゴミをちり取りに入れる。



# 階段をきれいにしよう！

汚いところをふく



ほうきと同じように立って、階段の上から下にふいていこう。



ほうきでとれない汚れは、水で湿らせたモップでふく。



# 階段をきれいにしよう！

手すりをふく



下から上に  
ふいた方が  
転ばないよ。



手すりをタオルでくるんでふく。



# 階段をきれいにしよう！

きけん！



こんなことをしていたら、どうなるかな？考えてみて。





# 玄関・昇降口をきれいにしよう！

準備をしよう



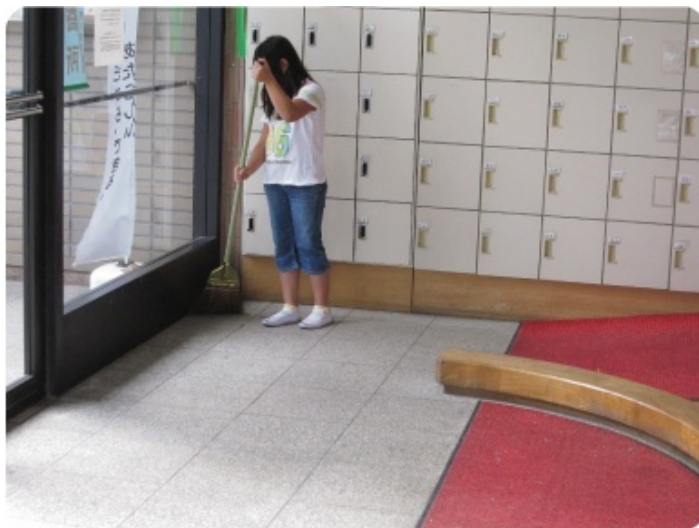
必要な清掃用具を  
そろえよう。





# 玄関・昇降口をきれいにしよう！

床をはく



土足のところはシダぼうきではく。



上履きのところは自在ぼうきではく。



隅から中央にむ  
かってはこう！



# 玄関・昇降口をきれいにしよう！

## ゴミを取る



ゴミを1カ所に集めて、2人1組になり、ほうきで、ゴミをちり取りに入れる。



土足のところと、上履きのところは、べつべつにゴミを取ろうね。





# 玄関・昇降口をきれいにしよう！

汚いところをふく

上履きのところと、土足のところは、別のモップを使うこと。



ほうきで取れない汚れは、水で湿らせたモップでふく。



# トイレをきれいにしよう！

準備をしよう

必要な清掃  
用具をそろ  
えよう。





# トイレをきれいにしよう！

## 洗面台をふく

きれいなタオルを使おうね。  
便器をふくタオルは使わないように。



水で湿らせたスポンジでこする。かわいたタオルでふく。



# トイレをきれいにしよう！

## 鏡をふく

隅々まで  
きれいに  
ふこう。



水で湿らせたタオルでふく。



かわいたタオルでふく。



# トイレをきれいにしよう！

## 便器を洗う

便器は、内側まで  
しっかりみがこう。

タオルは便器専用  
のものを使うこと！



トイレ用ブラシでこする。



水で湿らせたタオルでふく。



# トイレをきれいにしよう！

## 洗浄弁をふく



水で湿らせたタオルでふく。



かわいたタオルでふく。



サビが出るところだから、かわいたタオルでちゃんと水をふこう。





# トイレをきれいにしよう！

## 床をはく

個室や洗面台の隅から、トイレの中央にゴミを集めよう。



ほうきで隅から中央にむかってはく。



# トイレをきれいにしよう！

## 床を洗う

水をまくまえに、  
トイレットペーパーは外しておこう。モップの持ち方と同じだよ。



ホースかじょうろ  
で水をまき、デッ  
キブラシでこする。



# トイレをきれいにしよう！

## 床を洗う

フロアスクイジーで取れない水は、モップでふこう。



フロアスクイジーを手前に引いて、水を排水口に入れる。



# 手洗い場をきれいにしよう！

準備をしよう



必要な清掃  
用具をそろ  
えよう。



# 手洗い場をきれいにしよう！

手洗い場をみがき、蛇口をふく



水で湿らせたスポンジでこする。



水で湿らせたタオルで蛇口やまわりをふく。



鏡があったら、ふいておこう。



# 体育館をきれいにしよう！

準備をしよう

必要な清掃  
用具をそろ  
えよう。





# 体育館をきれいにしよう！

## 床をふく



体育館専用のモップでゴミを集める。



2人1組になり、ほうきで、ゴミをちり取りに入れる。

体育館は広いから、  
みんなで場所を決め  
てがんばろう！





# 校庭をきれいにしよう！

準備をしよう







# 校庭をきれいにしよう！

地面をはく

校庭は広いから、みんなで場所を決めてがんばろう！



竹ぼうきでゴミを集める。



2人1組になり、竹ぼうきで、ゴミをちり取りに入れる。



# 学校を大切に！

こんなことをしていいのかな？

みんながいつも使っている場所の清掃方法がわかったかな？

あれれ？机に落書きをしているよ。



かきかき...





# 学校を大切に！

こんなことをしていいのかな？

あ！こんどはゴミを  
ちらかしている！  
みんなの清掃も大  
変になるし、教室は  
大切に使わないと  
いけないね。





# 清掃用具を片付けよう！

## ほうきの手入れ

ほうきにホコリがたまると、ゴミが取れにくくなるよ。毛がきで上から下にブラッシングしてゴミを取ろう。



毛がきでほうきのホコリやゴミを取る。



# 清掃用具を片付けよう！

## モップの手入れ



シンクに水をためて、モップを洗う。



ふさ糸を幾つかに分けて、手でかたくしぼる。



手でふさ糸をほぐす。



ふさ糸を上にしてかわかす。



# 清掃用具を片付けよう！

## タオルの手入れ



バケツにきれいな水をためてタオルを洗い、かたくしぼる。



タオルに水が残らないように、かたくしぼろう。



タオルを広げてよくかわかす。



# 清掃用具を片付けよう！

## 清掃用具をしまおう



清掃用具の手入れ  
が終わったら、清掃  
用具入れにきれいに  
しまおう。  
ぐちゃぐちゃにしま  
うと、こわれてしま  
うよ。



# 最後にみんなもきれいにね！

手洗い・うがいをする

教室がきれいになったら、最後に自分をきれいにしよう！







# 最後にみんなもきれいにね！

## 手洗い

1) 両手の平をよくこすります



2) 手の平をこすり洗います



3) 次に指先を入念にこすります



4) 手首も忘れずに洗います



5) 親指を手の平でねじ洗いします



6) 指の間を十分に洗います





# 最後にみんなもきれいにね！

## うがい



**1** 水道水をコップに注ぎます。  
手で行う場合は、手洗いをします。



**2** 口に水を含み、少し強めに「もぐもぐ」と口の中をゆすいで吐き出します。



**3** 口に含んで上を向き、5秒以上のどの奥まで「ガラガラ」とうがいをして吐き出します。



**4** もういちど5秒以上「ガラガラ」とうがいをします。



# みんなで力をあわせてがんばろう

みんなの教室もきれいにしてみよう！

