
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 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！

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—

タオルだよ

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。

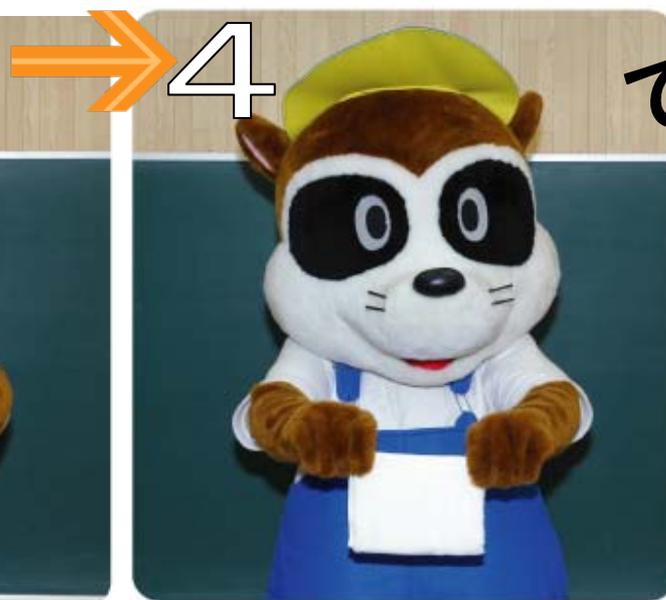


清掃用具の使い方をマスターしよう！

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。



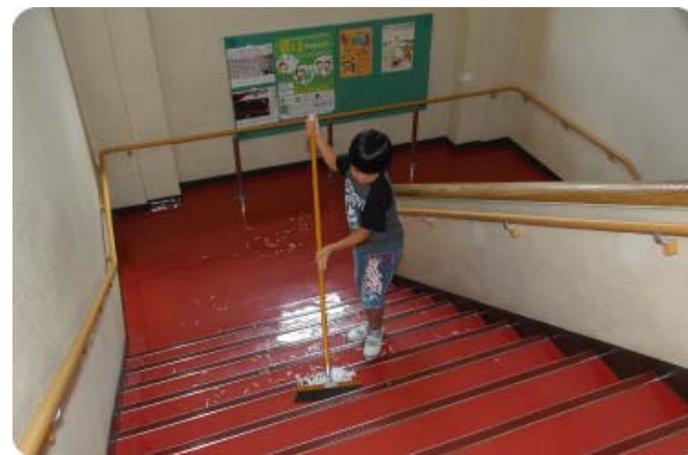


階段をきれいにしよう！

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。



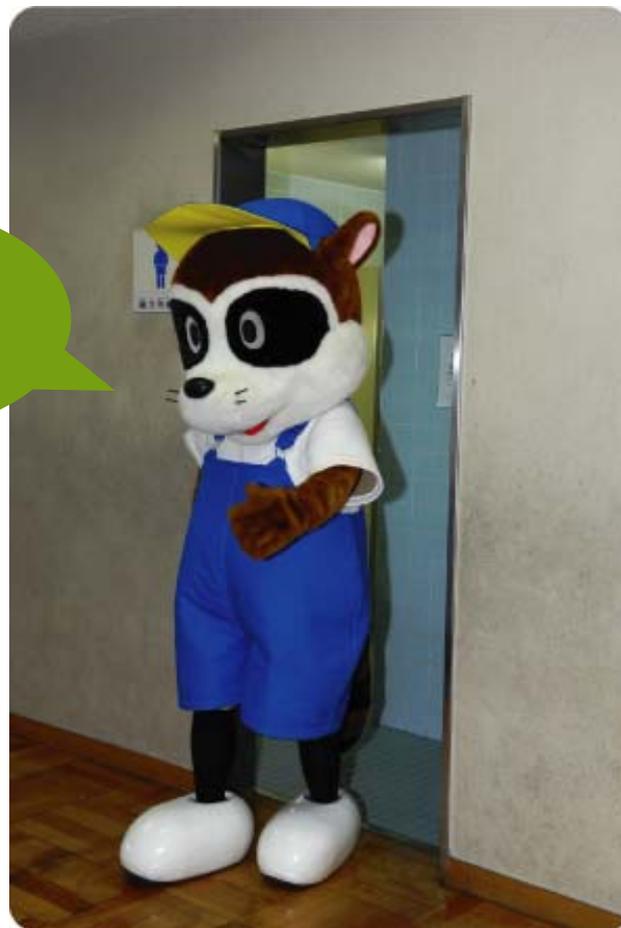
ほうきで取れない汚れは、水で湿らせたモップでふく。



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



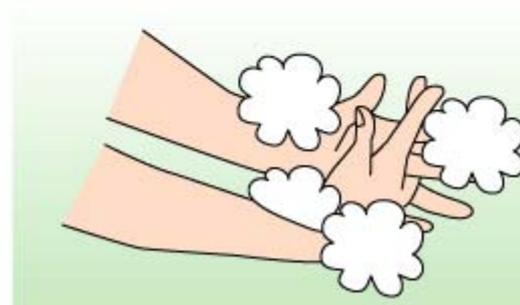
4) 手首も忘れずに洗います



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！

