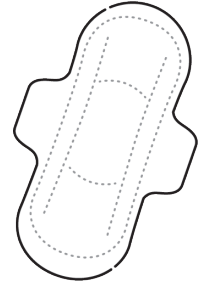
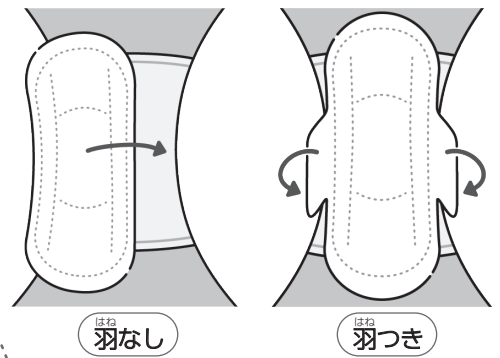
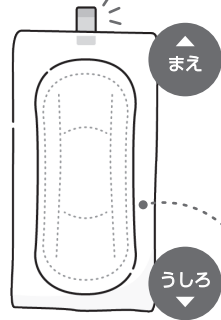
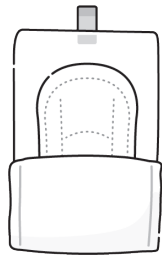
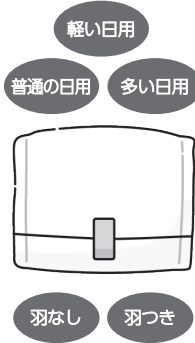


げっけい 月経ナプキンの つけ方と捨て方



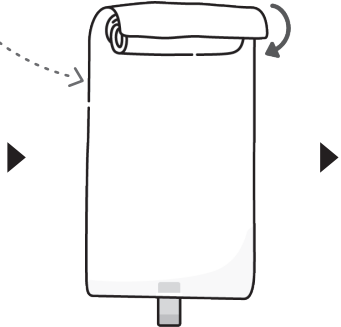
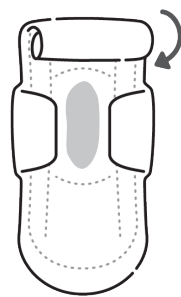
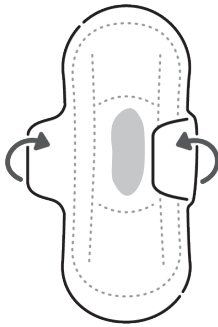
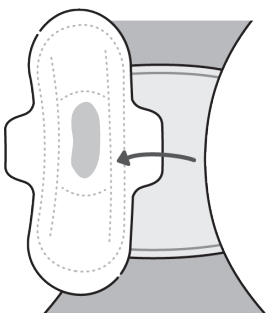
つけ方

- 1 月経の血液量にあったナプキンを用意する
- 2 包装紙をひらいてとりだす
- 3 テープがついている方が前にくるように
- 4 ショーツにナプキンをはり付ける
羽つきナプキンの場合、
羽を反対側に折ってはり付ける



捨て方の例

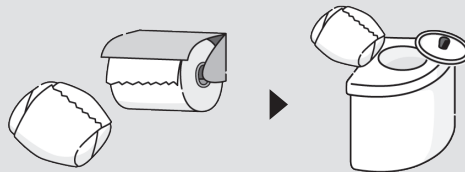
- 1 ナプキンをショーツからはずす
- 2 羽つきの場合は羽を内側へ折りたたむ
- 3 くるくると内側へ丸める
- 4 つけ替えたナプキンの包装紙で包む



- 5 テープで止める
- 6 サニタリーボックスに捨てたらおしまい!



テープがとまらず開いてしまうときや
月経の血液が見えるのを防ぐために
トイレトーパーペーで包んで捨てるとさらにGood!



お掃除してくれる人への感謝を忘れずに!

- 7 トイレからでるときは手をきれいに洗おう!



監修

埼玉医科大学病院産婦人科
高橋幸子



ホームページ



イラスト・デザイン制作

無料イラスト素材集

性教育いらすと

ILLUSTRATIONS FOR SEX EDUCATION

本ページのpdfを
無料ダウンロード

学校・施設・講演会など
誰でも利用できます!

