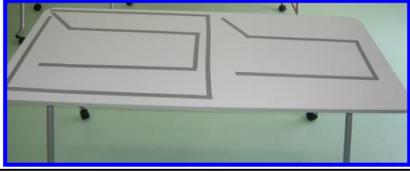


2 テーブル拭き

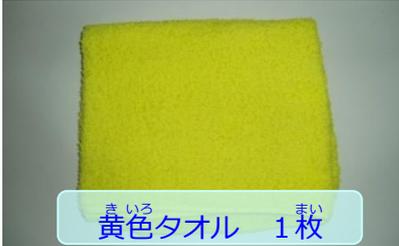
(1) 手順

手順①：資機材準備	 <p>検定には横長のテーブルを使用します。写真のようにテープを貼って練習するのもよいでしょう。</p>
手順②：タオルを正しく畳んで、正しく絞る	
手順③：テーブルを拭く	
手順④：点検	
手順⑤：報告	

(2) テーブル拭きでの約束

約束①：拭いた後は触らない。
約束②：同じ所を何回も拭かない。

(3) 用意するもの

 <p>白タオル 1枚</p>	 <p>黄色タオル 1枚</p>	 <p>バケツ 1つ</p>
---	---	--

タオルは清掃の基本です。様々な場所をタオルできれいに拭きますが、トイレで使用したタオルで食卓を拭いたら、せっかくきれいにしたはずなのに、かえって不潔になってしまいます。そこで**タオルは使用場所ごとに色分けして使用**します。検定では、**テーブルの上は黄色タオル、便器以外の場所は全て白タオルを使用**することとします。

(4) 作業の流れ

<p>手順①：資機材準備</p>  <p>タオルの色に注意します。</p>	<p>資機材置き場から、まず白タオルを作業するテーブルの左側に敷きます。黄色タオルは床に着けてはいけな いで、白タオルと一緒に持たないように注意しましょう。次に黄色タオルを正確にたたみます。畳んだら白タオルの上に置くなどして、床に着けないように しましょう。最後にバケツを取り、水を3分の1入れ、床に敷いた白タオルの真ん中に置きましょう。</p>
<p>机とバケツの位置です。の側に立って拭きます。</p> 	

手順②：タオルを正しく畳んで、正しく絞る

タオルの畳み方



タオルは通常八つ折の状態で使用します。タオルの折り畳み方にもルールがあり、いつも長い方を折るようにしていきます。タオルをもみ洗いするときは四つ折の状態を広げて洗い、八つ折から16折にして絞った後、八つ折の状態に畳み直して使います。

タオルの絞り方



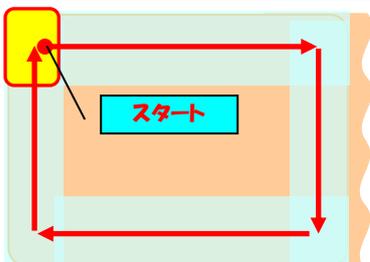
床で作業を行うときには転倒防止のため片膝を床に着いた姿勢をとります。この時膝を着いた方の足はつま先を立て、すねを床にべたっと着けないようにしましょう。タオルを絞るときはタオルを16折の大きさにし、親指と親指がくっついてしまうような絞り方ではなく、バットと同じ握り方でタオルを下に向けて水が流れ落ちやすいようにし、腕を伸ばしながら外側から内側へ絞ります。タオルをしっかり絞ったら、立ち上がる前に手に付いた水滴をタオルで拭きとり、床に水を垂らさないように注意しましょう。

タオルの持ち方

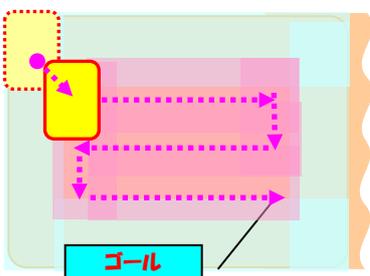


八つ折にしたタオルを縦長にします。タオルのばらけている方が親指側にくるようにし、親指でばらけている方を軽く挟みます。このとき手がタオルの中心にくるようにし、指もしっかり伸ばしてタオルが浮かないようにします。(小指側も軽く挟んでおくことで作業中にタオルが丸まったりしません。)

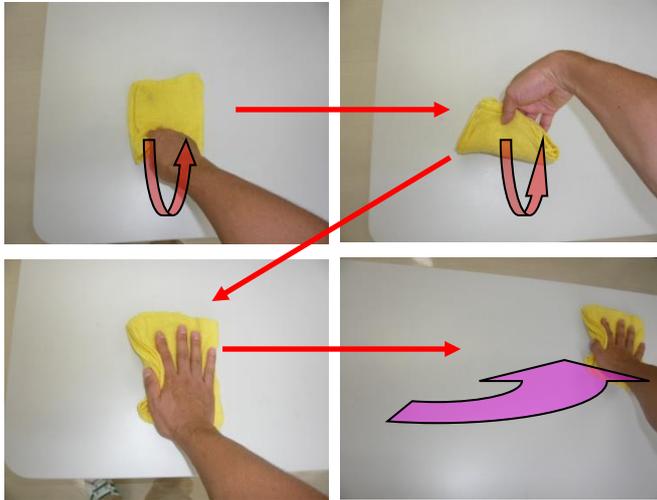
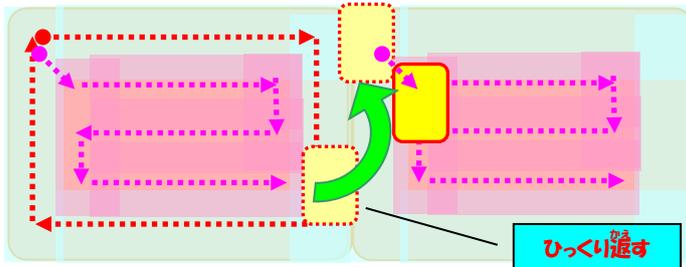
手順③：テーブルを拭く



まずタオルを持った手から遠い角から拭き始め、長テーブルの半分を1周するように拭いていきます。このとき、縁を拭き残さないように、タオルがテーブルから少しはみ出すくらいのイメージで拭くようにします。テーブルを押さえるときはテーブル面の下から手を添えて押さえます。

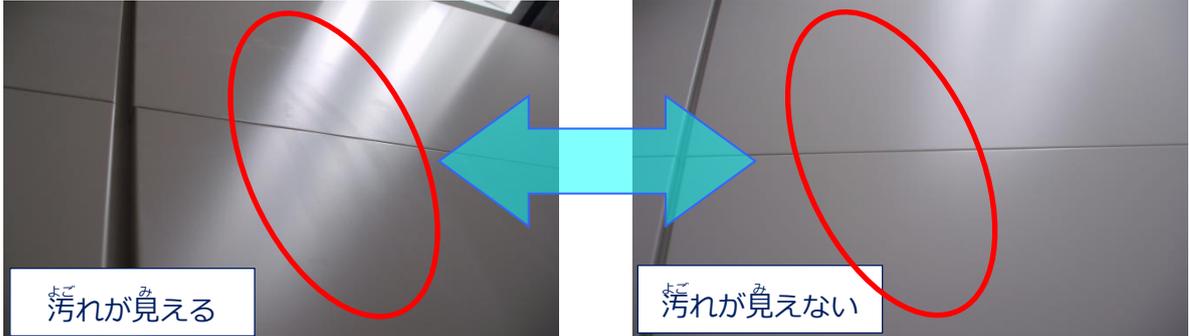


1周してスタートの位置まで戻ってきたら、拭いた後が少し重なるようにして、タオルを右斜め下に下げます。その位置からタオルをまっすぐに右→下→左と動かし、隙間なく拭いていきます。テーブルの縦幅が長い場合はこの動作を更に続けます。



なが ひだりはんぶん お
長テーブルの左半分が終わっ
たら、みぎはんぶん ひだりはんぶん おな
ら、右半部分を、左半分と同じよ
うにふ
拭いていきます。
ひだりはんぶん いち
左半分のゴールの位置でタオル
をしゃしんのようにたて
縦にひっくりかえ
返し、そのまますま右半分のスタートの
位置に持っていくます。ひっくり
かえ
返したあとに、タオルのバラバラ
のほう おやゆびがわ
の方が親指側にきているか確かめ
ましょう。
ひだりはんぶん みぎはんぶん いどう
左半分から右半分へ移動する
ときに、まなか ぶぶん ぶ のこ
真ん中の部分に拭き残し
が出ないようにテーブルから目を
はな
離さないようにしましょう。

てしゅん てんけん
手順④：点検



テーブルのぜんめんを拭きあげたら、きれいに汚れが落とせたかどうか点検をしましょう。
一見きれいなようでも、写真のようにかくどを変えてみても、汚れがうきあがって見え
ることがあります。また、拭き残してしまった部分もかくどをか
角度を変えて見る
と分かるので、必
ず点検を行いましょ。テーブルをおさえるために、テーブル面を触ってしまった場合
は、て
手のあぶらが残ってしまうので、その部分も必ずきれいに拭きと
りましょう。

てしゅん ほうこく
手順⑤：報告

すべての工程が終了したら、黄色タオルをバケツにかけます。姿勢を正し、はっきりし
たこえ
た声で「終わりました」とほうこく
報告をしましょう。

さんこう ひだり き ば あい
参考：左利きの場合

ひだり き かた ひだり て
左利きの方で、左手でタオルを持って作業する場合は、タオルの持ち方やバケツを置
く位置、拭き始めの場所などを、すべてみぎき ば あい ぎやく
全て右利きの場合と逆にして作業を行うようにしまし
よう。