

顔の正しい洗い方

石鹸を手でよく泡立てる

石鹸をつけて指で クルクルマッサージ 1番から8番まで

5番の目のまわりは ^{めあか}目垢を全部とるように 目をつぶって 一番よく洗う

水で泡を全部洗って、タオルで水を全部ふきとります。

最後に鏡で 目の周りに^{めあか}目垢が残っていないかチェックをして、残っていたらとりましょう。

正しい 洗顔

