

惣菜製造業
技能評価試験
初級実技試験
製作等作業試験
加熱

配菜制造业
技能评价考试
初级实践考试
生产等操作考试
加热

①こじんえいせい（みだしなみ）

个人卫生（美容）

①ぼうし と ますく と さぎょうぎ の ちゃくよう

帽子和口罩和工作服的穿戴

ぼうし を ふかく かぶる。

把帽子带到位。

かみのけ が はみだして いない

头发没有露出来

ほほ と ますく に すきま がない

脸颊和口罩没有缝隙

ますく は あご まで かかっている

口罩要把下巴包住

はな から あご まで ますく が かかっている

从鼻子到下巴都要用口罩包住

ますく の はりがね を おり、はな と ますく に すきま がない

折叠口罩的金属线，鼻子和口罩之间没有缝隙

ぼうし を うわぎ の なか に 入れて いる

帽子放在上衣的里面

ふあすなー は うえ まで あがっている

拉链要拉到最上面

※かみのけ が でて いると げんてん になります

头发露出来的话，会被减分

※さぎょうぎ が よごれて いたり、やぶれ や あなあき が あると げんてん になります

工作服很脏，破损或者有漏洞的话，会被减分

②てあらい てじゅん

洗手的顺序

みず で て を ぬらし せっけん を て に つける

先用水把手弄湿再用洗手液

せっけん を ひろげる

把洗手液弄满全手

てのひら てのこう ゆび の あいだ を あらう

洗手心，手背，手指之间

ゆびさき を あらう

洗手指尖

おやゆび を あらう

洗大拇指

てくび を あらう

洗手腕

つめぶらし で つめ の あいだ を あらう

用指甲刷洗指甲缝

みず で せっけん を ながし ペーパータオル で ふく

用水冲洗掉洗手液 用纸巾擦拭

※ゆびわ や まにきゅあ を していると げんてん に なります。

戴戒指和涂指甲（美甲）的话会被减分

※てゆび に けが を している ばあい は ばんそうこう を しても よいです。

手上有伤的时候，可以贴创可贴

③てぶくろ ちやくよう

戴手套

ただしい つけかた

正确的方法

て の おおきさ に あっている

合适手的大小

まちがっている つけかた

错误的方法

て の おおきさ に あっていない やぶれ・よごれ が ある

不合适手的大小 有破损・不干净

※まちがった てぶくろ の つけかた を すると げんてん に なります。

错误的戴手套方法会被减分