

พวกเราล้างมือกันเถอะ

ใช้ชีวิตอย่างถูกสุขอนามัย
ด้วยการล้างมือ



1 ฉันถูกสอนมาตั้งแต่เด็กว่า ในหนึ่งวัน เราควรล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ

2 แล้ว "ต้องล้างมือตอนไหนบ้าง" เหนอ?

3 1. ตอนกลับมาจากข้างนอก

4 2. หลังจากเข้าห้องน้ำ

กลับมาบ้านแล้วรีบล้างมือด้วยนะ

คะ

5 3. ก่อนกินอาหารและขนม

ล้างมือรึยัง?

ล้างแล้วคะ

6 แล้ว "ทำไมต้องล้างมือบ่อยขนาดนั้น" ละ?

7 เพราะว่า ถึงแม้มือและนิ้วของเราอาจจะดูสะอาดแต่จริงๆแล้ว...
มือและนิ้วของเรามีแบคทีเรียและไวรัสอยู่เต็มไปหมดเลยนะ...

8 ถ้าเราไม่ล้างมือก่อนกินอาหาร

แล้วเอามือไปสัมผัส แก้ม ตา ปาก จมูก แบคทีเรียกับไวรัสก็จะเข้าไปในร่างกายของเรา

9 เราอาจจะปวดท้อง...

10 หรืออาจจะป่วยได้นะ...

11 หลังจากสัมผัสสัตว์ ก็ต้องล้างมือเหมือนกัน

หลังจากสัมผัสขยะ เหมือนกันนะ!

12 นี่ไง ทำแบบนี้ เชื้อโรคจะไม่หายไป

13 ถ้าล้างมือด้วยน้ำเปล่า เชื้อโรคจะไม่หายไป

14 เชื้อโรคจะเกลียดฟองสบู่มาก

ถ้าอยากให้เชื้อโรคหายไป ต้องล้างมือด้วยสบู่บ่อยๆ

แบบนี้เอง

15 วิธีล้างมือด้วยสบู่ ค่อยๆนับให้ครบ 30 วินาทีในขณะที่ล้างมือ

16 ขั้นตอนสุดท้ายคือล้างฟองสบู่ออกด้วยน้ำสะอาด

ใช้ผ้าสะอาดเช็ดให้แห้ง ก็เสร็จเรียบร้อย

17 แต่หมู่บ้านของฉันไม่มีน้ำประปา แล้วก็ยังต้องเดินไปตักน้ำอย่างยากลำบากเป็นระยะทางหลายกิโลเมตร

18 ก็จริงนะ น้ำมีความสำคัญมาก แม้จะมีน้ำเพียงเล็กน้อย แต่ก็มีวิธีล้างนะ

Tippy-Tap ขวานไว้กับเสาไม้ตามรูปข้างล่าง น้ำจะค่อยๆไหลออกมา

อุปกรณ์การล้างมือ

แท่งค้ำน้ำ หมุนแล้วน้ำจะไหลออกมา

ล้างมือด้วยน้ำอุ่นจากกา

น้ำเพียง 1 แก้วก็สามารถล้างได้นะ

สบู่

ผลัดกันล้างมือ

มาใช้น้ำสะอาดกันเถอะ

19 เราจะทำให้เด็กๆทั่วโลกมีส่วนร่วมในการกำจัดเชื้อโรคกันเถอะ

เพื่อเพิ่มจำนวนเด็กที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง

การล้างมือต้องใช้น้ำปริมาณมากไม่ใช่เหรอ?

ภาพการ์ตูนโดย อีโนะอุเอะ คิมิโดริ

