

අපි එකවි දැන් සොදමු

දැන් සේදීමෙන් ඔබේ වටිනා ජීවිතය ආරක්ෂා කරගත හැකියි



1 කුඩා ළමයෙකු වන මට, දිනකට කිහිප වරකම සබන් යොදා අත් සොදන්න උගන්වා තිබෙනවා.

2 ආ... අපි අත් හොදන්න ඕනෙ කොයි වෙලාවලදී ද?

3 (1) අපි එළියට ගිහින ගෙදරට ආවම මූලින්ම කරන්න ඕනේ දේ තමයි අත් හොදට සොදන එක.

4 (2) ඒ වගේම වැසිකිළියට ගිහින ආවට පසුවත්

5 (3) සෑම ආහාර වේලකටම කෑමකටම පෙරත් ඔයා අත් සේදුවද? ඔව් ඔව් අපි කෑම කමු!

6 ඒත්? අපි ඔය තරම් අත් හොදන්න ඕනෙ ඇයි?

7 අපේ අත් සහ ඇඟිලි පිරිසිදුවට පෙනුණට, ඇසට නොපෙනෙන වෛරස් සහ විෂබීජ විශාල ප්‍රමාණයක් අත්වල තියෙන්න පුළුවන්.

8 ඒ නිසා ඔයා කෑම කන්න කලින් අත් සේදුවේ නැත්නම්, ඒ වගේම මුහුණ ස්පර්ශ කළොත්... මේ විෂබීජ ඔයාගේ ඇස්, කට, නාසය හරහා ඇඟට ඇතුළු වෙනවා.

9 ඔයාට බඩේ අමාරුව හැදෙන්නත් පුළුවන්

10 ඔයාව ලෙඩ වෙන්නත් පුළුවන්

11 සතුන්ව ස්පර්ශ කළාට පස්සෙන් අත් හොදට සබන් දාලා හොදන්න කියලයි මට උගන්වලා තියෙන්නෙ. කුණු ඇල්ලුවාට පස්සෙන් එහෙමයි.

12 මෙන්න මෙහෙම තමා අත් හොදන්න ඕනේ. හුෂ් හුෂ්

13 නිකමීම වතුරට අත් දෙක ඇල්ලුවට ඒවායේ තියෙන විෂබීජ ඉවත් වෙන්නෙ නැහැ. මොනවා? ඔය ඇත්තම ද?

14 හැබැයි සබන් පෙනවලට විෂබීජ විනාශ කරන්න පුළුවන්. ඒ හින්දා තමයි අපි හොදට සබන් පෙන එක්ක අත් හොදලා විෂබීජ විනාශ කරන්න ඕනේ. ඔහා තියමයිනේ...

15 අපි අත් හොදට හොදන්නේ මෙහෙමයි අත් සොදන ගමන් හෙමිහිට 30 ට ගණන් කරන්න. 1 2 3 4...

හොදට සබන් පෙන මතු කරගන්න

අත් ජලයෙන් තෙමාගන්න. සබන් යොදා පෙන මතුකරගන්න. අත්ල අත් පිටුපස අත් මැණික්කටු තියපොතු යට ඇඟිලි කර ඇතර මහපට ඇඟිලි දෙක

16 අත්නිමට සබන් ඉවත්වන තුරු ජලයෙන් සෝදාගන්න. පිරිසිදු තුවායකින් අත් පිස දමන්න. නැතහොත් අත් හොදින් වියලා ගන්න. දැන් ඔබ දැන් පිරිසිදු කරගෙන අවසන්!

17 ඒත් අපේ ගමේ වතුර ගන්නේ ටැප් එකෙන් තෙමෙයි. අපි වතුර එකතු කරන්න ගොඩක් දුර යන්න ඕනේ. මම ජීවත් වෙන ප්‍රදේශයේ වතුර පයිප්ප නිකුණට සමහර වෙලාවට ඒවායෙන් වතුර එන්නෙ නැහැ.

ඒ නිසා අපිට අත් සොදන්න වෙන්නෙ බොහොම පොඩි වතුර ප්‍රමාණයකිනුයි.

18 ඔව් ඒක ඇත්ත. ජලය ගොඩක් වටිනවා... තමුත් වතුර බොහොම පොඩි ප්‍රමාණයකින් වුණත් ඔයාලට අත් හොදට හොදගන්න පුළුවන්. අත් සේදීමේ කට්ටලය කරකැවීමෙන් වතුර ලබාගත හැක. අත් හොදගන්න එක වතුර කෝප්පයක් වුණත් ප්‍රමාණවත්! කේතලයකින් අත් සේදීම කේතලයෙන් වතුර වත්කරමින් අත් සෝදාගන්න. සබන් පිරිසිදු ජලයම පාවිච්චි කරන්න හැකිතාක් උත්සාහ කරන්න.

19 ලොව සෑම දරුවෙකුගේ ම දැන්වල විෂබීජ ඉවත් කර හරිමු! සියලු දරුවන්ගේ නිරෝගිතාව උදෙසා!!

කර්තෘ: ඉතොලවේ කිම්දොරි
පරිවර්තනය: ජපන් ජාත්‍යන්තර සහයෝගිතා ඒජන්සිය (ජයිකා)

