

நாம் ஒன்றாக கைகழுவுவோம்

கை கழுவுதல் எமது உயிரை பாதுகாக்கும்



1 நான் சிறியவளாக இருந்தபோது ஒரு நாளைக்கு பல முறை சவர்க்காரமிட்டு கைகளைக் கழுவக் கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டேன்

2 நாம் எப்போது கைகளைக் கழுவ வேண்டும்?

3 ① நாம் வெளியில் சென்று வீடு திரும்பியவுடன்

வீடு திரும்பியவுடன் முதலில் எமது கைகளைக் கழுவுவதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும்

4 ② கழிவறையை பயன்படுத்திய பின்

5 ③ உணவு சாப்பிட முன்

நீங்கள் கைகளை கழுவினீர்களா?

ஆம் நிச்சயமாக! அப்படியானால் நாங்கள் சாப்பிடுவோம்

6 நாம் ஏன் நமது கைகளை அடிக்கடி கழுவ வேண்டும்?

7 நமது கைகளும் விரல்களும் சுத்தமாக காணப்படுகின்றன ஆனால்

உண்மையில், நமது கண்களால் பார்க்க முடியாத கோடிக்கணக்கான வைரஸ் மற்றும் கிருமிகள் எமது கைகளில் காணப்படுகின்றன

8 நாம் சாப்பிடுவதற்கு முன்பு நமது கைகளை நன்றாக கழுவுவில்லை என்றால்

9 எங்களுக்கு வயிற்றுவலி வரலாம், அல்லது...

10 அது எங்களை நோய்வாய்ப்படுத்தக்கூடும்

11 விலங்குகளை பராமரித்தபின் சவர்க்காரமிட்டு எனது கைகளைக் கழுவ கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டேன்

12 பாருங்கள், இதைப் போல

13 வெறும் தண்ணீரில் நமது கைகளை கழுவும்போது கிருமிகள் அகற்றப்படாது

என்ன? அப்படியா!?

14 கிருமிகளுக்கு சவர்க்கார நுரை பிடிப்பதில்லை

அதனால்தான் நாம் சவர்க்காரமிட்டு கை கழுவி கிருமிகளை அகற்றுகின்றோம்

அப்படியா...

15 கைகளை சவர்க்காரமிட்டு கழுவுவது எப்படி?

1 2 3 4...

கை கழுவும்போது மெதுவாக 30 வரை எண்ணுவோம்

~ நமது கைகளுடன் சவர்க்காரம் சேர்ப்போம் ~

கைகளை தண்ணீரில் நனைப்போம்

சவர்க்காரமிட்டு நுரை வரும்வரை தேய்ப்போம்

உள்ளங்கைகள்

கைகளின் பின்புறம்

இரண்டு மணிக்கட்டுகளும்

நகங்களின் கீழ்

விரல்களுக்கிடையில்

இரண்டு கட்டைவிரல்களும்

16 இறுதியாக, சவர்க்கார நுரை போகும்வரை கைகளை நன்றாக கழுவுவோம்

சுத்தமான துணியினால் கைகளை துடைப்போம் அல்லது கைகளை நன்கு உலர வைப்போம்

நாங்கள் கைகழுவி முடித்துவிட்டோம்!

17 ஆனால்... எமது கிராமத்தில் குழாய் நீர் வசதி இல்லை, தண்ணீர் சேகரிக்க நீண்ட தூரம் நடக்க வேண்டும்

நாம் வசிக்கும் பகுதியில் தண்ணீர் குழாய்கள் உள்ளன. ஆனால் சில நேரங்களில் தண்ணீர் வருவதில்லை

எனவே கைகளை சுத்தம் செய்ய நாம் சிறிதளவு தண்ணீரை மட்டுமே பயன்படுத்த முடியும்...

18 ஆம், உண்மைதான். தண்ணீர் மிக முக்கியமான வளம்

சிறிதளவு தண்ணீரிலும் நமது கைகளை நன்கு கழுவ முடியும்

கைகழுவும் அமைப்பு

கீழே உள்ள தட்டை காலால் அழுத்தும்போது தண்ணீர் சிறிதளவில் வெளிவரும்

சவர்க்காரம்

தண்ணீர் தாங்கி

ஒரு கோப்பை தண்ணீர் மட்டுமே தேவைப்படும்

கைகழுவ கேத்தல் பயன்படுத்தல்

சவர்க்காரம்

கேத்தலில் தண்ணீர் இட்டு, ஒவ்வொருவராக கை கழுவுவோம்

இயலுமானவரை நாம் சுத்தமான தண்ணீரை பயன்படுத்த முயற்சி செய்ய வேண்டும்

19 உலகெங்கிலும் உள்ள குழந்தைகளின் கைகளிலிருந்து கிருமிகளைக் அகற்றுவோம்!

எல்லா குழந்தைகளும் ஆரோக்கியமாக வாழ!!

ஆக்கம்: இனோயி கிமிதொரி
 மொழிபெயர்ப்பு:
 ஜப்பான் சர்வதேச ஒத்துழைப்பு நிறுவனம் (ஜயக்கா)

