

# うんち教室



Labo.  
日本トイレ研究所

やわらか♥ハート  
nepia

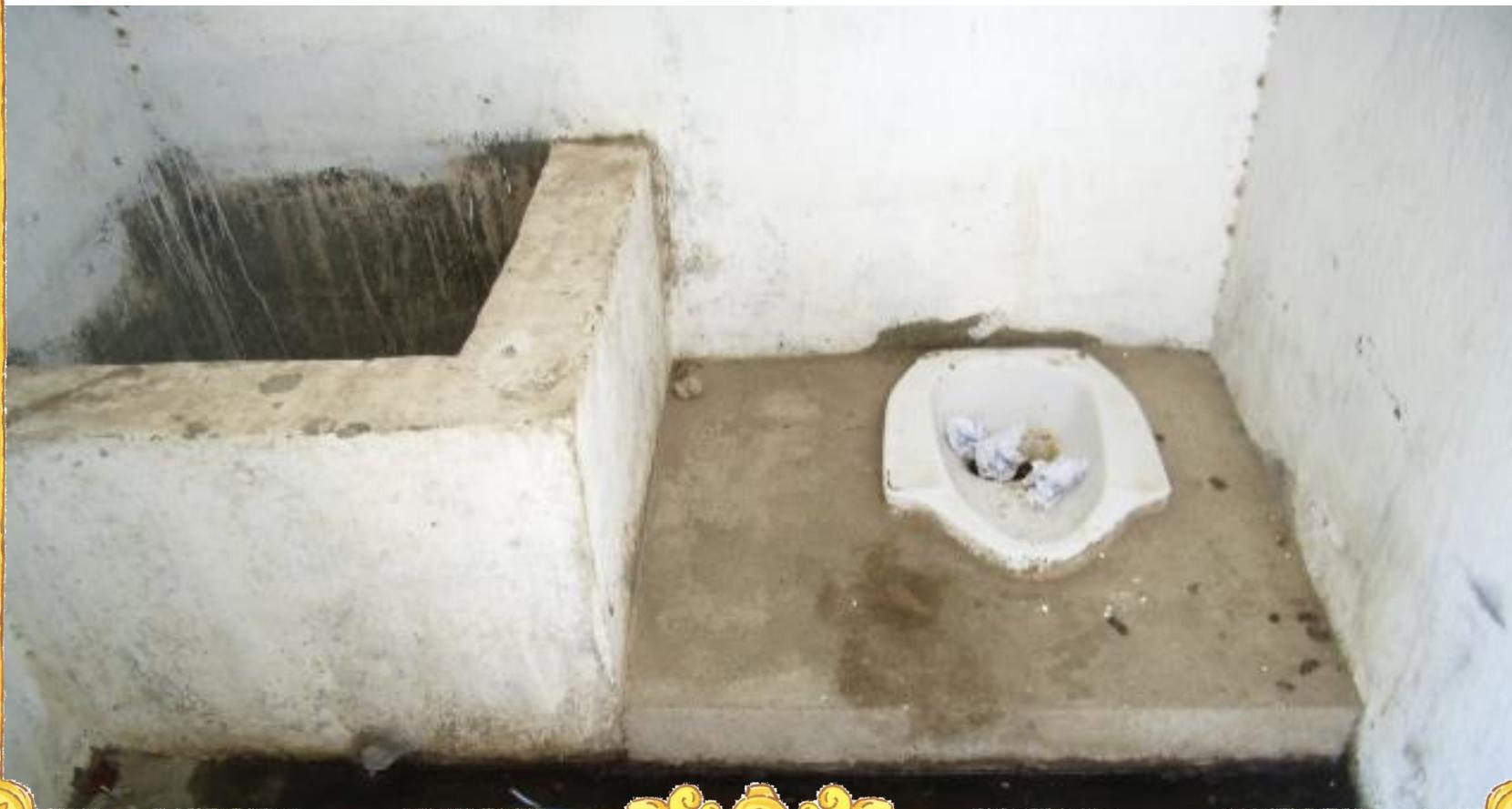
ひがし はなし  
**東ティモールのトイレのお話**



にほん ちが  
日本のトイレと、どこが違う？



せん  
千のトイレプロジェクトのお話  
はなし



ひがし

# 東ティモールでのトイレづくりを応援

おう えん

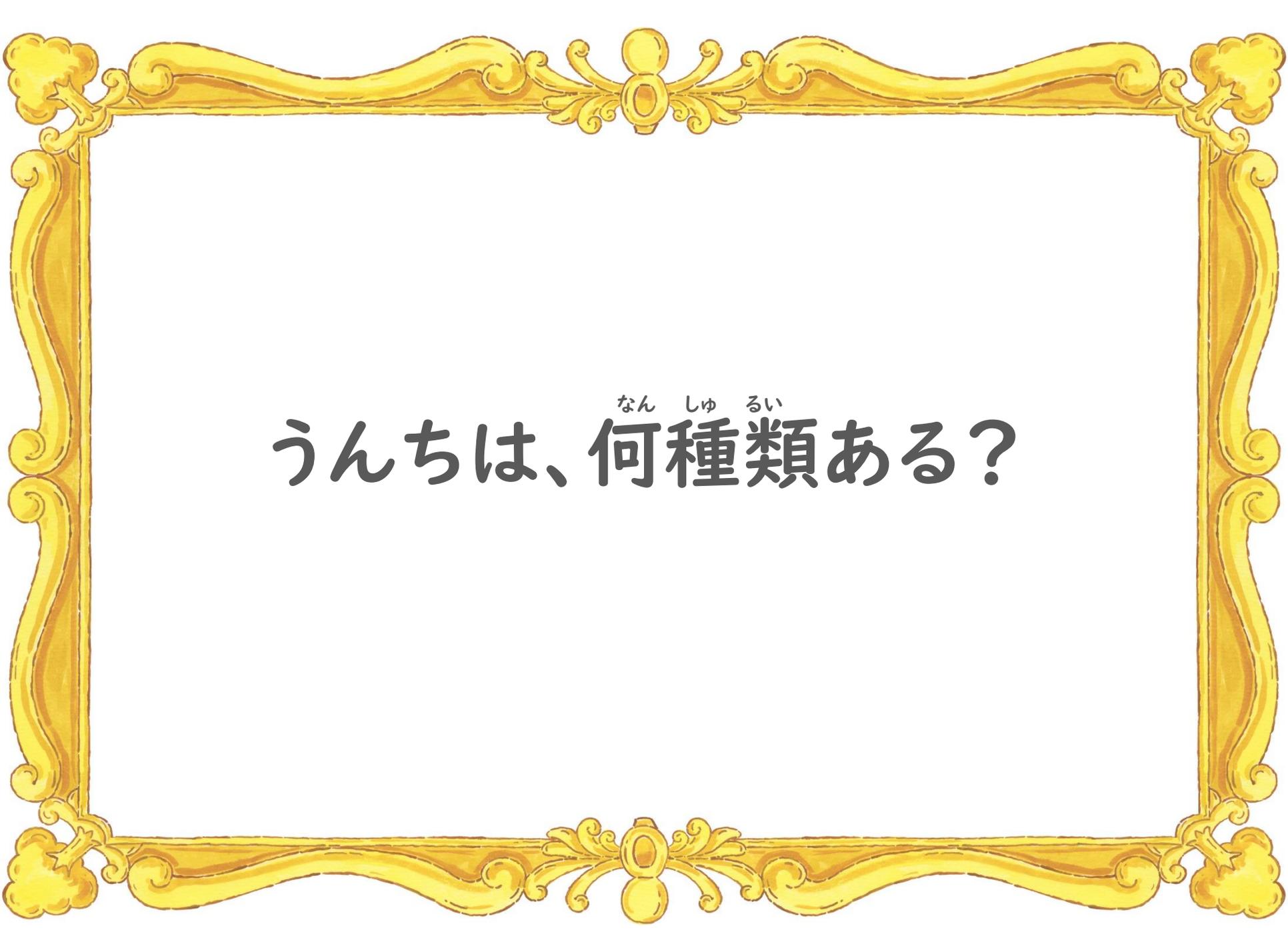


け さ なに た  
今朝、何を食べた？



ごはんを食べた後、  
からだ で 体から出てくるものは何？



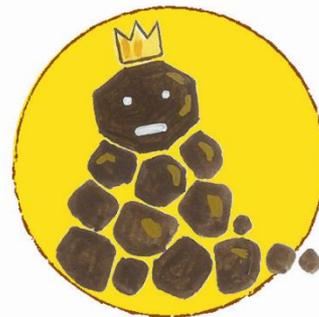


うんちは、何種類ある？

うんちは <sup>しゅ るい</sup> 4種類



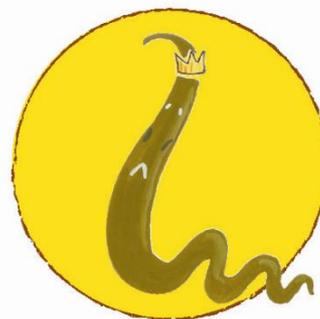
キラキラうんち



カチカチうんち



ドロドロうんち



ヒョロヒョロうんち

# キラキラうんちをするための 3つのポイント

1

あさおきたら  
コップいっぱい  
の水をのもう！



2

ごはんをよくかんで  
モリモリたべよう！



3

そとで  
げんきに  
あそぼう！



# ガマンしちゃだめ!

うんちがしたくなったら  
すぐにトイレに  
いこう!

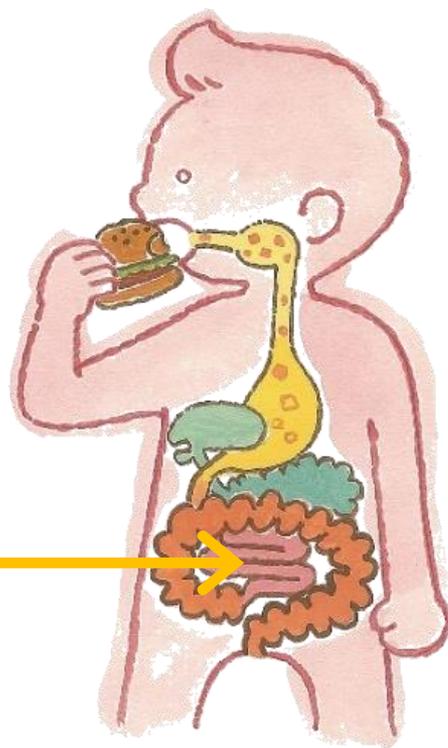


うんちはどうやってできる？

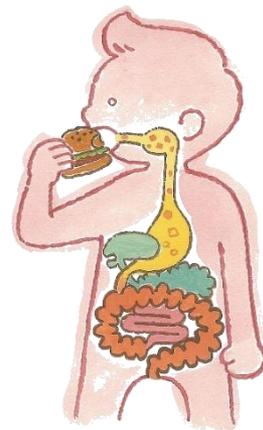


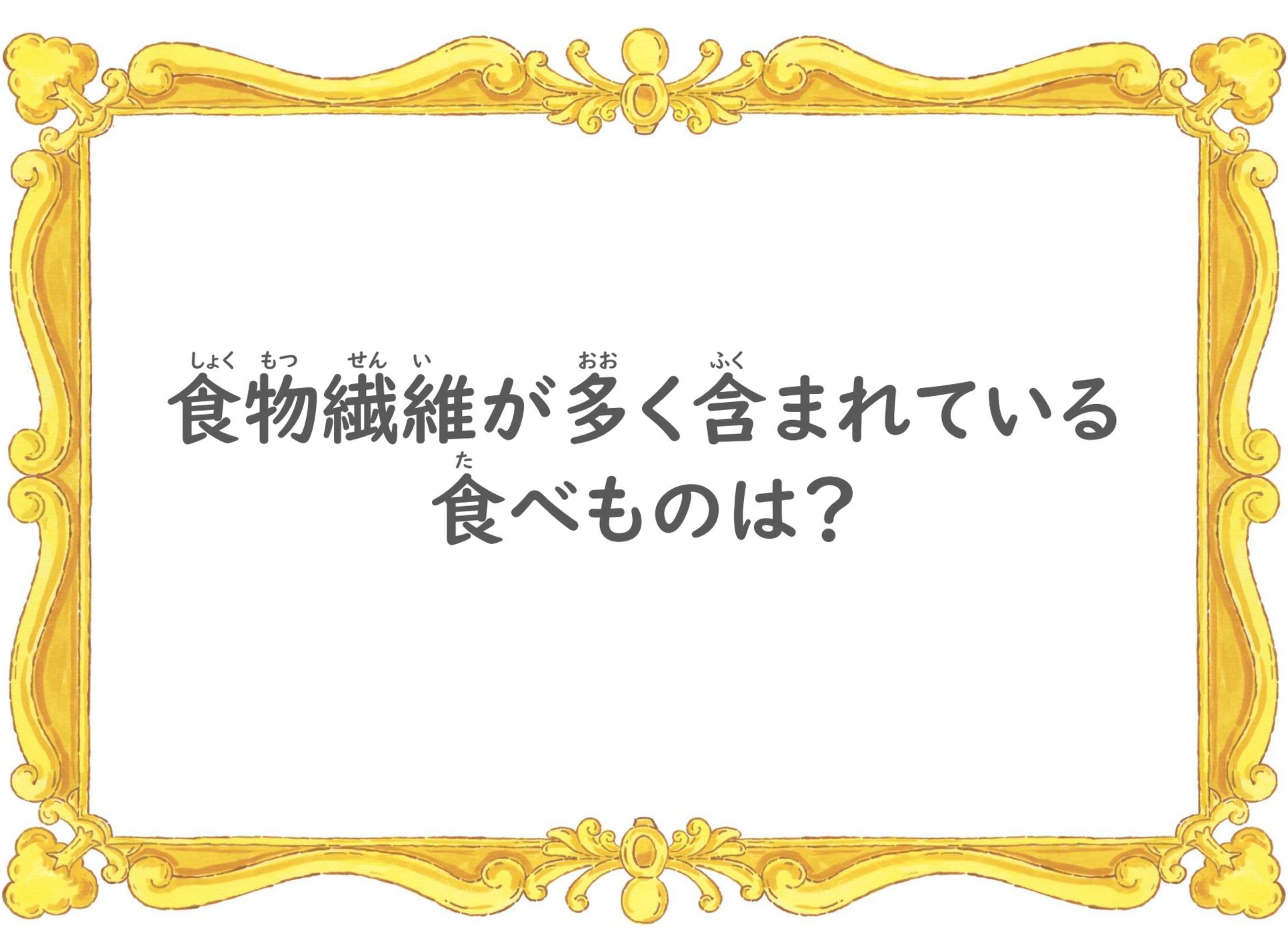
しょうちょう  
なが  
小腸の長さはどのくらい？

ここ！



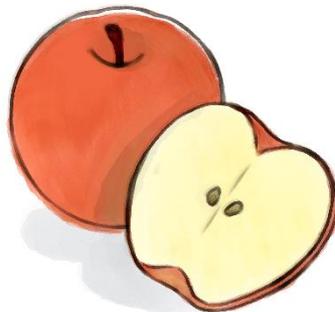
りょう て ひろ にん  
両手を広げて 6人くらい



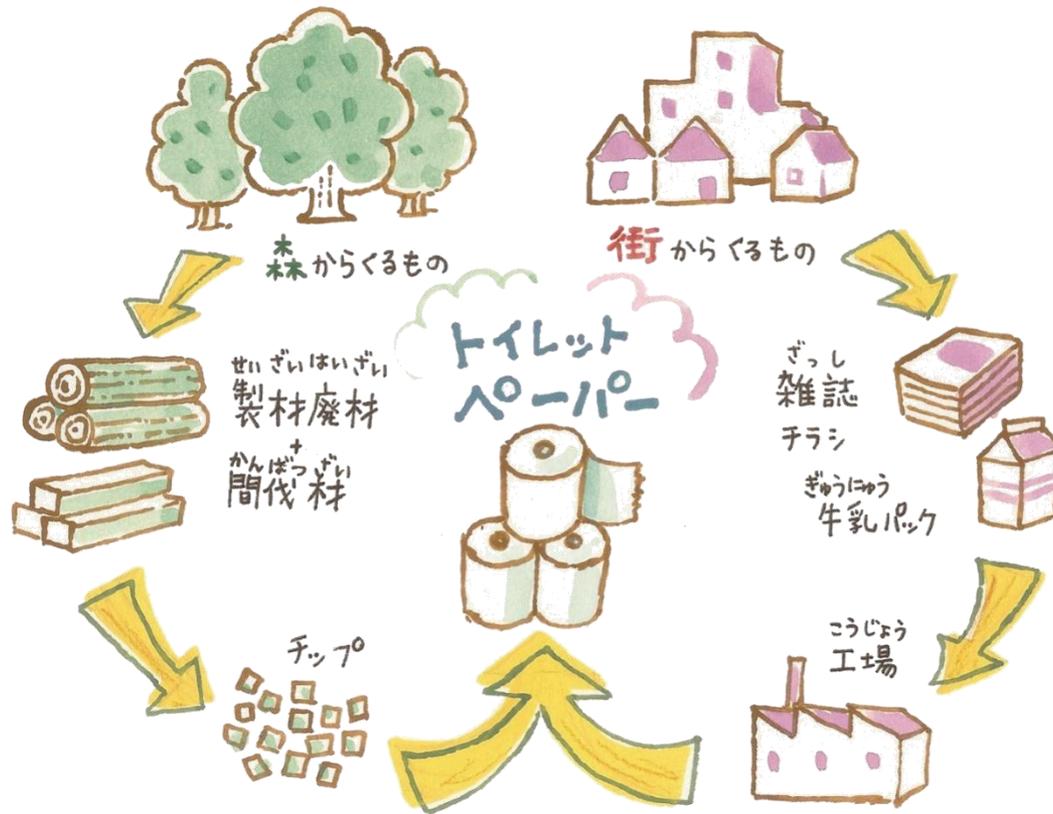


しよく もつ せん い おお ふく  
食物繊維が多く含まれている  
た  
食べものは？

しょく もつ せん い おお ふく  
食物繊維が多く含まれている  
た  
食べもの



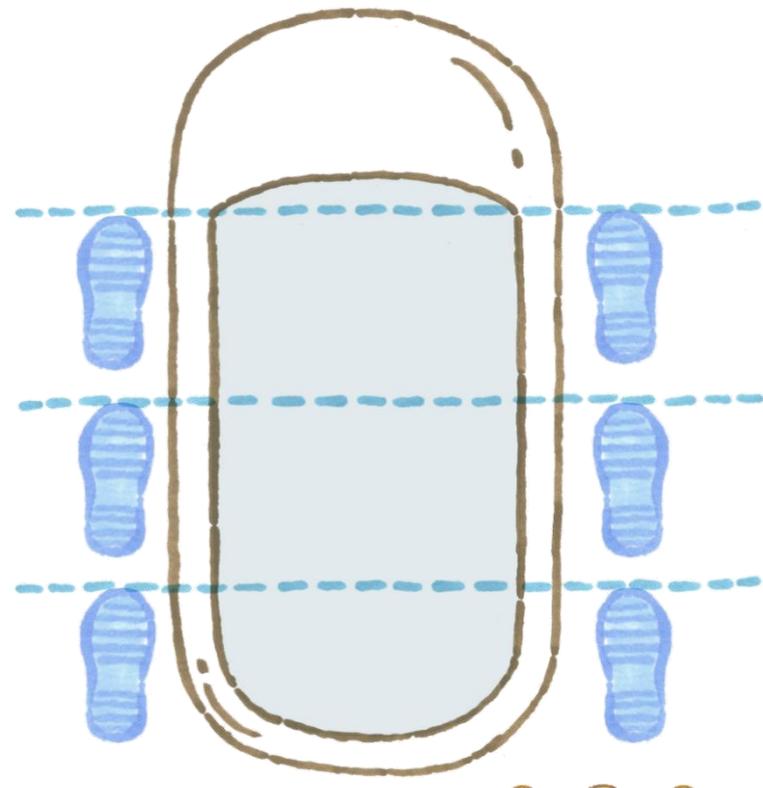
なに  
トイレットペーパーは何からできる？



# うんちはどこにいっちゃうの？



あし  
どこに足をおく？



ウイルスやばい菌きんがついた手てで  
目めや口くちや鼻はなをさわると病びょうき気になるよ



# て であら 手洗いの3つのポイント



あわだ  
しっかり泡立てる

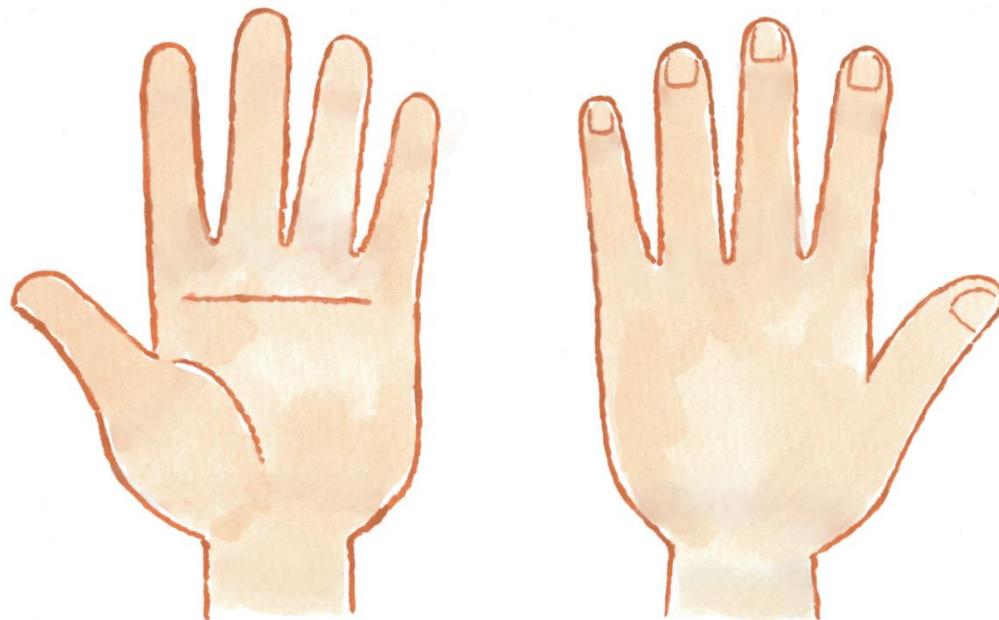


あら  
よく洗いながす



じぶん  
自分のハンカチでふく

あら のこ おお  
洗い残しが多いのはどこ？



あら のこ おお  
洗い残しが多いのはここだよ



参考:「手を洗う」伊与 亨(北里大学)空気調和・衛生工学 第88巻 第3号

# まとめ

## キラキラうんちをするための3つのポイント

あさあきたら  
ゴップいっぱい  
水をのもう!



ごはんをよめんで  
モリモリたべよう!

そとで  
げんきに  
あそぼう!



## てあら 手洗いの3つのポイント

