

பகுதி - 11

நிலை - 11: தனிப்பட்ட சுத்தம்

## 1 வருடம் முழுவதும்

1. கோடைக்காலம், மழைக்காலம் மற்றும் குளிர் காலங்களில் நம்மைச் சுத்தமாக வைத்திருக்கப் பயன்படுத்தும் பொருள்களைக் கீழுள்ள கட்டங்களில் படங்களாக வரையுங்கள்.

## 2 உடலில் புழுக்கள் இல்லை

1. புழுக்கள் எங்கிருந்தெல்லாம் நம் உடலுக்குள் நுழையலாம் என்பதற்கான சொற்களை வட்டமிட்டுக் காட்டுங்கள்.

த	ண்	ணீ	ர்	றை	ப	க	ர்	கா
ஆ	ப்	ண்	சா	க	டு	ம்	ப	ற்
டை	ள்	ழி	வு	சா	க்	க	டை	று
க	ப	ண	ல	று	கை	ம	ல	ம்
ள்	உ	க	ழி	ப்	ப	றை	உ	ங்
ந	க	ங்	க	ள்	ழி	ந	கா	றை

## 3 அந்தரங்க பாகங்களின் சுத்தம்

1. கீழுள்ள வாக்கியங்களைச் சரியா, தவறா என்று அருகில் குறிக்கவும். தவறான வாக்கியமெனில் கீழே திருத்தி எழுதவும்.

- A. நமது அந்தரங்கப் பகுதிகளில் ஏதாவது சொறி நீண்ட நாளாக இருந்தால், நாம் நம் பெற்றோரிடம் சொல்ல வேண்டியதில்லை. ....
- B. நிறைய தண்ணீர் குடித்தால் நம் உடல் உள்ளே சுத்தமாக இருக்கும். நோய்த்தொற்றுகள் குறையும். ....
- C. சோப்புப் போட்டபிறகு, நாம் நமது அந்தரங்கப் பகுதிகளைக் கழுவ வேண்டும். ....
- D. நாம் நமது அந்தரங்கப் பகுதிகளைத் தினமும் ஒருமுறை சுத்தப்படுத்த வேண்டும். ....
- E. அந்தரங்கப் பகுதிகள் எப்போதும் மூடப்பட்டிருப்பதால், அவை அசுத்தமாகாது. ....

### 20 விநாடிகளுக்கு கை கழுவும் முறை



வாரந்தோறும்  
**100**  
குழந்தைகளுக்குப்  
பரிசு

பதிலைச் சொல்லுங்க...

பரிசை வெல்லுங்க...

கீழே கேட்கப்படும் சுகாதார கேள்விகளுக்கான சரியான பதில்களைச் சொல்லும் முதல் 100 குழந்தைகளுக்குப் பரிசுகள் காத்திருக்கின்றன.

அன்புக்குழந்தைகளே..!  
நாம் சுத்தமாக இருந்தால், நோய் கிருமி நம்மை நெருங்காது. நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம். ஆரோக்கியமாக வாழ வேண்டும் என்றால் நாம் சுத்தமாக இருக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம். எப்போதும் கைகளைச் சுத்தமாக வைத்திருப்போம். தினமும் பல் தேய்ப்போம். தினமும் நன்கு உடலைச் சுத்தம் செய்து குளிப்போம்.

### சென்ற வார கேள்விகளுக்கான பதில்கள்

1.(A) மூக்கை மூடவும் 2.(B) கொசு உருவாகும் 3.(C) ஆக்சிஜன்



- படுக்கையில் கொசு வராமல் தடுக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?  
A. கொசுவர்த்தி கொளுத்தவும் B. கிரீம் தடவவும்  
C. கொசுவலை போடவும்
- சுத்தம் இல்லாத இடங்களில் வெறும் காலில் நடந்தால்...  
A. கால் வலிக்காது B. கிருமிகள் தொற்றும் C. வழி மாறாது
- நம் உடலின் அந்தரங்க பாகங்களைச் சுத்தமாக வைக்காவிட்டால்...  
A. சொறி உண்டாகும் B. கருத்துப் போகும் C. வலி உண்டாகும்

மேலே கண்ட மூன்று கேள்விகளுக்கான பதிலை அனுப்பும் முறை

- 9940699401 என்ற வாட்ஸ்அப் எண்ணிற்கு **SSQUIZ** என்று டைப் செய்து, ஒரு மெசேஜ் அனுப்பவும்.
- உங்களைப் பற்றிய விவரங்கள் கேட்கப்படும். தொடர்ந்து திரையில் வரும் கேள்விகளுக்கு சரியான பதிலை அளித்து, சிறப்புப் பரிசினைப் பெறுங்கள். வாழ்த்துகள்!

### எண்களை சேர்... வண்ணம் தீட்டு...



QR Code-ஐ ஸ்கேன் செய்து சுகாதார விழிப்புணர்வு பாடல்களைக் கண்டும், கேட்டும் மகிழுங்கள்.