

ぴっかぴか ✨ ✨

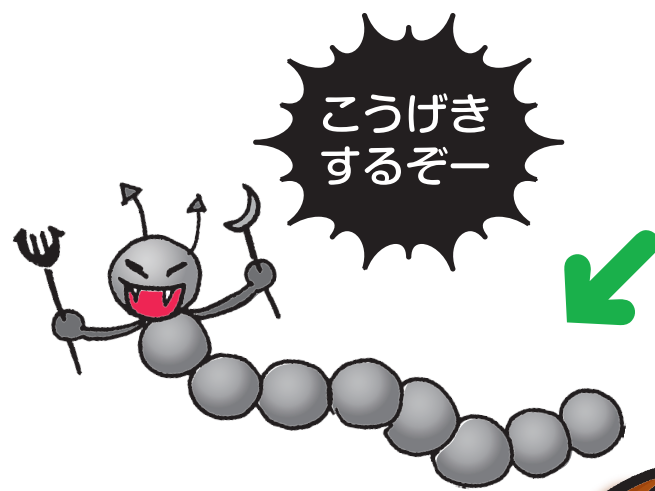
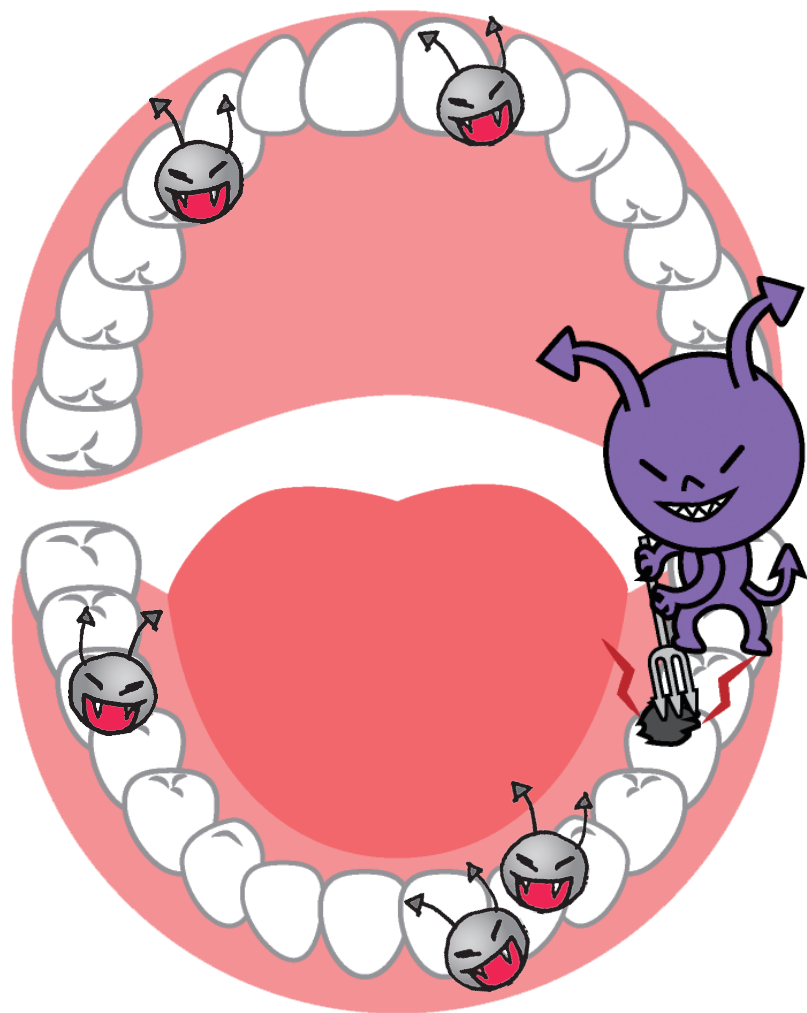
はみがき



把牙刷 • Đánh răng • Шүдээ угаах
Magsipilyo ng ngipin
Brushing your teeth

くち なか たべたあとの口の中はこんなかんじ

吃完饭的嘴里・ Trong miệng sau khi ăn・ Хоол идсэний дараах ам дотор
Ang loob ng bibig pagkatapos kumain・ This is your mouth after your eat



ミュータンス (むし^{ばきん}菌) が
食べかすにあつまって
むし^ば菌の「もと」をつくる

たいへん!
きれいに
しなくちゃ!



OMG!

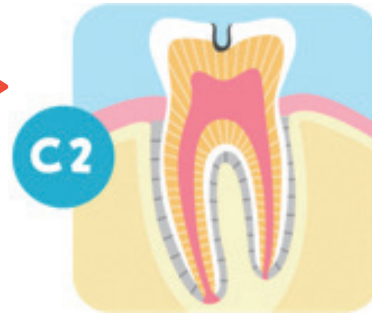
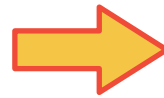
むし歯^ばができるまで

直到牙齒腐爛・ Có thể bị sâu răng・ Шүд хорхойтох хүртэл
Hanggang sa magkaroon ng sira ang ngipin・ Stages of tooth decay



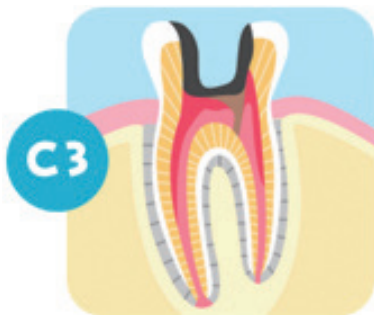
エナメル質^{しつ}に
むし歯^ばが発生^{はっせい}した状態^{じょうたい}

まだいたくない



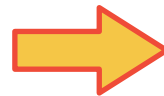
むし歯^ばがぞうげ質^{しつ}まで
すすんだ状態^{じょうたい}

つめたいものがしみる



むし歯^ばがしんけい^{しんけい}にまで
すすんだ状態^{じょうたい}

とてもいたい！



目^めに見える部分^{ぶぶん}がほとんどなく
歯^はの根^ねだけのこった状態^{じょうたい}

はがしんでしまった！

は たいせつな歯のやくわり

牙齒的作用・Vai trò của răng・Шүдний үүрэг
Ang trabaho ng ngipin・Your teeth in action



たべものをかむ



はつおん



かたち
かおの形をつくる

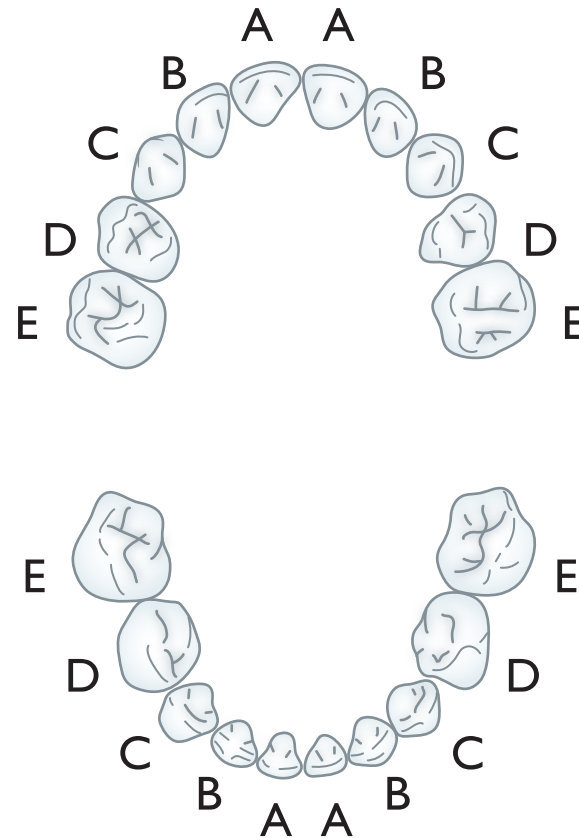
は なまえ 歯にはそれぞれ名前があるんだよ！

牙齿的名字・Tên răng・Шүдний нэр

Ang pangalan ng mga ngipin・The many names of our teeth

にゅうし は
乳歯 (こどもの歯) は全部で 20 本
えいきゅうし おとな は
永久歯 (大人の歯) は 32 本

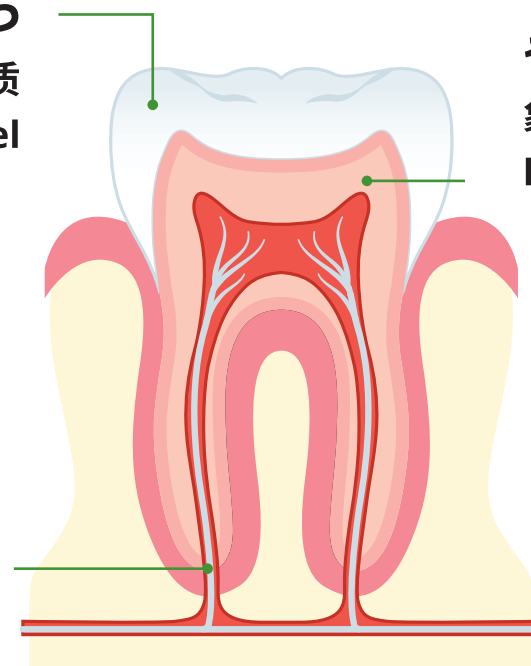
- A. にゅうちゅうせつし
乳中切歯
- B. にゅうそくせつし
乳側切歯
- C. にゅうけんし
乳犬歯
- D. だいいちにゅうきゅうし
第一乳臼歯
- E. だいににゅうきゅうし
第二乳臼歯



エナメルしつ
珐琅质
Enamel

ぞうげしつ
象牙质
Dentin

しんけい
神经
Nerve

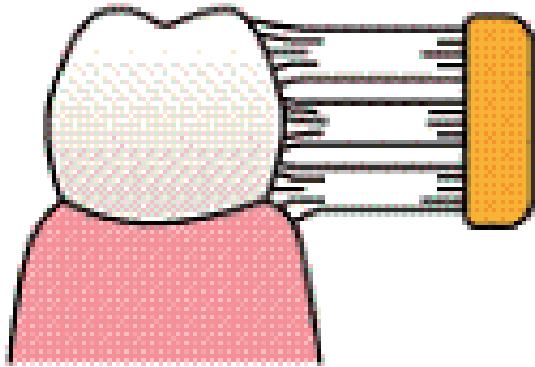


はみが 歯を磨こう！

正确的刷牙方法・Cách đánh răng・Шүд угаах арга
Kung paano magsipilyo ng ngipin・How to brush your teeth

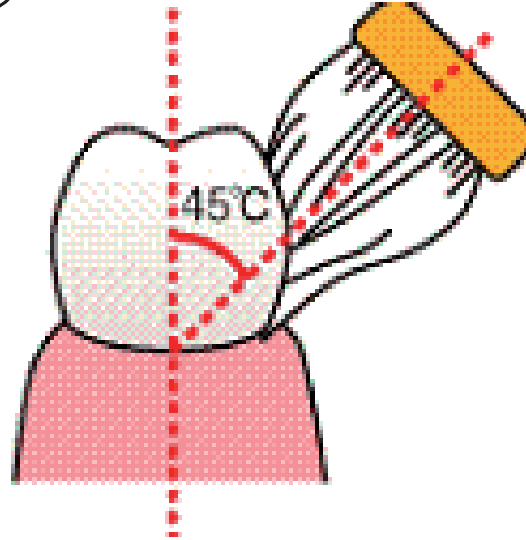
もちかた

①



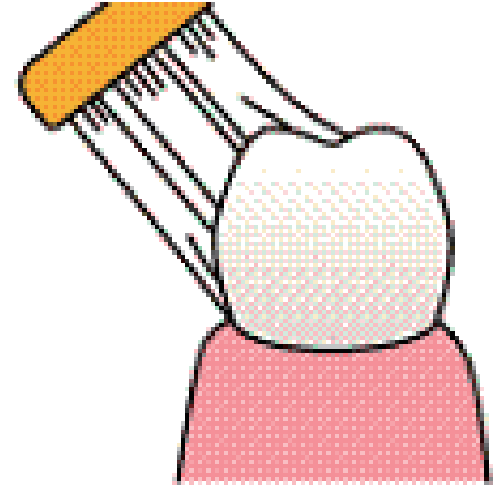
そとがわ

②



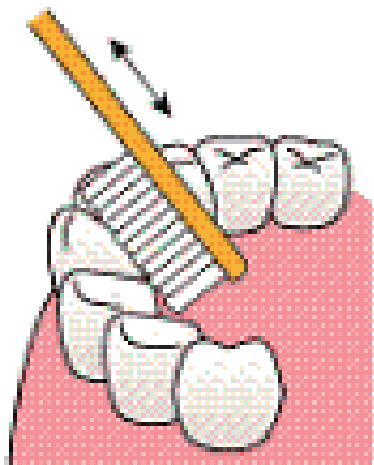
は
は
歯と歯ぐきのあいだ

③



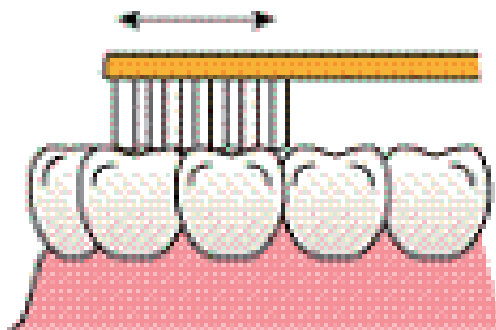
うちがわ

④



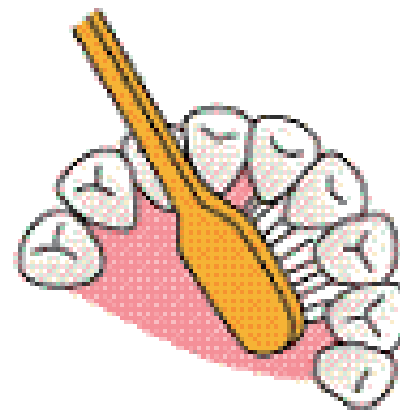
まえば
前歯のうら

⑤

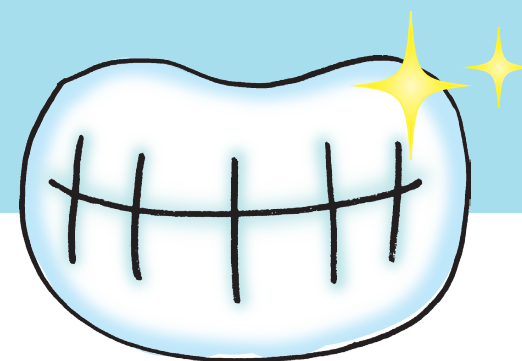


おくば
奥歯のかみあわせ

⑥



おくば
奥歯のうちがわ



保護者のみなさんへ

この絵本は、親子で楽しみながら子どもの健康に役立つ情報をとどけたい、という思いで作りました。

子どもが小さいうちは、大人が声に出して読んであげてください。「文字を読む力」と「健康に関する知識」の両方が身につきます。また、「読み聞かせ」によるコミュニケーション、は親子のつながりを強くし、親の育児ストレスを軽減する効果も確かめられています。

また、本を読みながら実際に家族や友だちどうしで一緒に手洗いや歯みがきをやってみることをおすすめします。

正しい健康習慣は、病気を予防し、医療費の節約にもつながります。お金で買えない一生の財産を手に入れましょう！



致保护者

服务孩子的健康成长，增进亲子关系，寓教于乐，是我们制作这本绘本的初衷和目的。

请在孩子的婴幼儿时期，读给您的孩子听。让孩子尽早掌握《对文字的阅读力》和《关于健康的知识》。科学已经证明，通过读和听，不仅能增进亲子间的沟通和感情，也能减轻父母在育儿过程中产生的压力。

我们还建议您在阅读绘本的同时，能跟孩子，家人，和朋友一起练习正确的洗手和刷牙的方法步骤。

养成正确的健康习惯，不仅能预防疾病，也可以节约医疗费用。这是金钱也买不到的受益终生的宝贵财产。快快阅读掌握吧！

Gửi các quý phụ huynh

Cuốn sách này hy vọng mang lại thú vị và những kiến thức bổ ích về sức khỏe cho phụ huynh và bé.

Với những trẻ nhỏ thì phụ huynh hãy đọc cho bé nghe. Vừa có thể học kiến thức về sức khỏe và khả năng đọc chữ. Hơn nữa, thông qua đọc nghe tình cảm của cha mẹ và con cái thêm thân thiết đồng thời có hiệu quả giảm áp lực chăm sóc trẻ.

Nên kết hợp việc đọc sách và thực hành cùng trẻ rửa tay và đánh răng.

Thói quen đúng sẽ giúp phòng ngừa bệnh tật và tiết kiệm được chi phí chữa bệnh.

Hãy mang lại tài sản quý giá cho cuộc đời mà tiền không thể mua được.

Асран хүмүүжүүлэгч нарт

Эцэг эх, хүүхдүүдэд энэхүү зурагт номоор дамжуулан, хүүхдийн эрүүл мэндэд хэрэгтэй мэдээлэл өгөх зорилготой юм.

Бага насны хүүхдүүдэд томчуул уншиж өгөөрэй. “Үсэг унших чадвар” болон “Эрүүл мэндийн талаархи мэдлэг”-тэй болно. Үүнээс гадна, “уншиж өгөх” замаар эцэг эх, хүүхдийн харилцааг сайжруулж, эцэг эхчүүдийн стрессийг бууруулахад үр дүнтэй болох нь батлагджээ.

Ном унших явцдаа гэр бүл, найз нөхдийн хамт гараа угаах, сойзоор шүдээ угаахыг зөвлөж байна.

Эрүүл мэндийн зөв зуршил нь өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх, эмчилгээний зардлыг хэмнэхэд тусалдаг. Эрүүл мэндийг мөнгөөр худалдаж авч чадахгүй!

Sa mga magulang,

Ang aklat na may larawan na ito ay ginawa sa hangarin na makapag-bigay ng impormasyon tungkol sa kalusugan ng bata kasabay ang paghahatid ng kasiyahan ng mga magulang at mga bata. Hanggat maliliit ang mga bata, ang mga magulang ang magbasa ng malakas para sa kanila.

Sa ganitong paraan, “Magkakaroon sila ng kakayahan sa pagbabasa” at “Magkakaroon sila ng kaalaman tungkol sa kalusugan”. Gayundin, magkakaroon ng komunikasyon at mapapatibay ang relasyon ng magulang at anak sa pamamagitan ng “Pagbabasa ng kwento sa aklat”, at makakatulong din ito na makabawas ng stress ng magulang sa pag-aalaga ng anak.

Inirerekomenda din po namin ang aktwal na pagsasagawa ng paghuhugas ng kamay at pagsisipilyo kasama ang buong pamilya o mga kaibigan.

Makaka-iwas sa mga sakit ang tamang mga gawi sa kalusugan at makakatipid din sa gastos sa ospital. Kunin natin ang panghabambuhay na kayamanan na hindi nabibili ng salapi.

Dear parents and guardians,

This picture book was created with the intention of providing parents and children a fun way to learn useful health tips.

Parents, please read the book aloud to your children. Not only will it help your child remember useful health tips, it may help develop their reading skills. Furthermore it's a great way to bond and reduce the stress associated with child rearing.

This book will prove to be most useful if you carry out the tips and instructions written within it with your friends and family.

Proper hygiene and health habits are not only useful in preventing disease, but may also help you save on medical fees down the road. But remember, health is a luxury that money can't buy!

多言語版 子どもの健康絵本

2020年1月発行

発行者

多文化共生センターひょうご

兵庫県神戸市東灘区深江南町 4-12-20-201

TEL・FAX 078-453-7440

© 多文化共生センターひょうご

無断転載・複製を禁じます。

本書は、「生駒温子」児童福祉助成により作成しました。



