**トイレにってください**

きるために、トイレにき、おしっこをしたり、ウンチをすることはとてもです。
トイレのがなかったり、くさかったりして、トイレにきたくないかもしれません。
トイレにくをらすために、をむをなくしたり、べるをなくすると、のがくなります。
ウンチがでなくなったり、の流れがくなって、の（）ができることもあります。

みんなでマナーをって、トイレをってください。

**トイレに行(い)ってください**

生(い)きるために、トイレに行(い)き、おしっこをしたり、ウンチをすることはとても大切(たいせつ)です。

トイレの数(かず)が少(すく)なかったり、くさかったりして、トイレに行(い)きたくないかもしれません。

トイレに行(い)く数(かず)を減(へ)らすために、水(みず)を飲(の)む量(りょう)を少(すく)なくしたり、食(た)べる量(りょう)を少(すく)なくすると、体(からだ)の調子(ちょうし)が悪(わる)くなります。

ウンチがでなくなったり、血(ち)の流れが悪(わる)くなって、血(ち)の塊(かたまり)（血栓(けっせん)）ができることもあります。

みんなでマナーを守(まも)って、トイレを使(つか)ってください。