

うんこは、^{からだ}体からの^てお^{かみ}手紙

うんこは、1~2日^{にち}くらいかけて、^{からだ}体の中をとおってきます。

あなたが^た食べた^たり、のんだ^たりしたものが、うんこになるのです。

形^り・色^{いろ}・においなど、うんこのようすと、あなたの^{からだ}おなかや^{こころ}体・心の^{ちやうし}ょうしがわかることもおおいのです。

ながす^{まえ}前に、**うんこで健康^{けんこう}チェック!** してみてね。

健康^{けんこう}なうんこの色^{いろ}は、**黄色^{きいろ}~茶色^{ちやいろ}**です。



赤^{あか}や黒^{くろ}・灰色^{はいいろ}のうんこが出^でたときは、**病^{びょう}気^き**かもかもしれません。
おうちの人^{ひと}に、知^しらせましょう!