

●● おまかせうんちっこのうんちカアップ大作戦！！●●



うんちをよ〜く見てみよう！

うんちの形

1		ころころうんち	
2		短く固まった固い便	
3		水分が少なく ひび割れている便	
4		適度な柔らかさ バナナ状の便	
5		水分が多く やや柔らかい便	
6		形のない泥のような便	
7		水のような便	

うんちの量

1		うさぎのうんち くらい
2		うずらのたまご くらい
3		にわたりのたまご くらい
4		バナナ1本 10センチくらい
5		バナナ1本より 多い



食べ物で
いいうんちを作ろう！

ねばねば食品を食べよう！



発酵食品を食べよう！



つま先を見てうんちをしよう！



床に足がついているかな？

ついていない時は台を置こう！



つま先を見てうんちをしよう！

ひじをひざにくっつけて、手も
あごについたらかっこいいね



かかとを床からはなせば

うんちポーズの完成！



うんちは健康のバロメーター
うんちカアップ大作戦ですっきりうんち
毎日、笑顔で元気に過ごそうね

うんこ文化センター おまかせうんちっく
0761-48-4988
poo@sorabuta.com

