A colorful illustration featuring a male doctor in a white lab coat and blue tie, holding a stethoscope and a clipboard. He is examining a young girl in a white school uniform and blue skirt, who is waving her hand. The scene is surrounded by various medical icons: a red first aid kit, a syringe, a stethoscope, a pill bottle, a clipboard with a checklist, a hand sanitizer bottle, a toothbrush, a bandage, and a tray of test tubes. The background is a light blue gradient.

การดูแลสุขภาพอนามัย ส่วนบุคคล

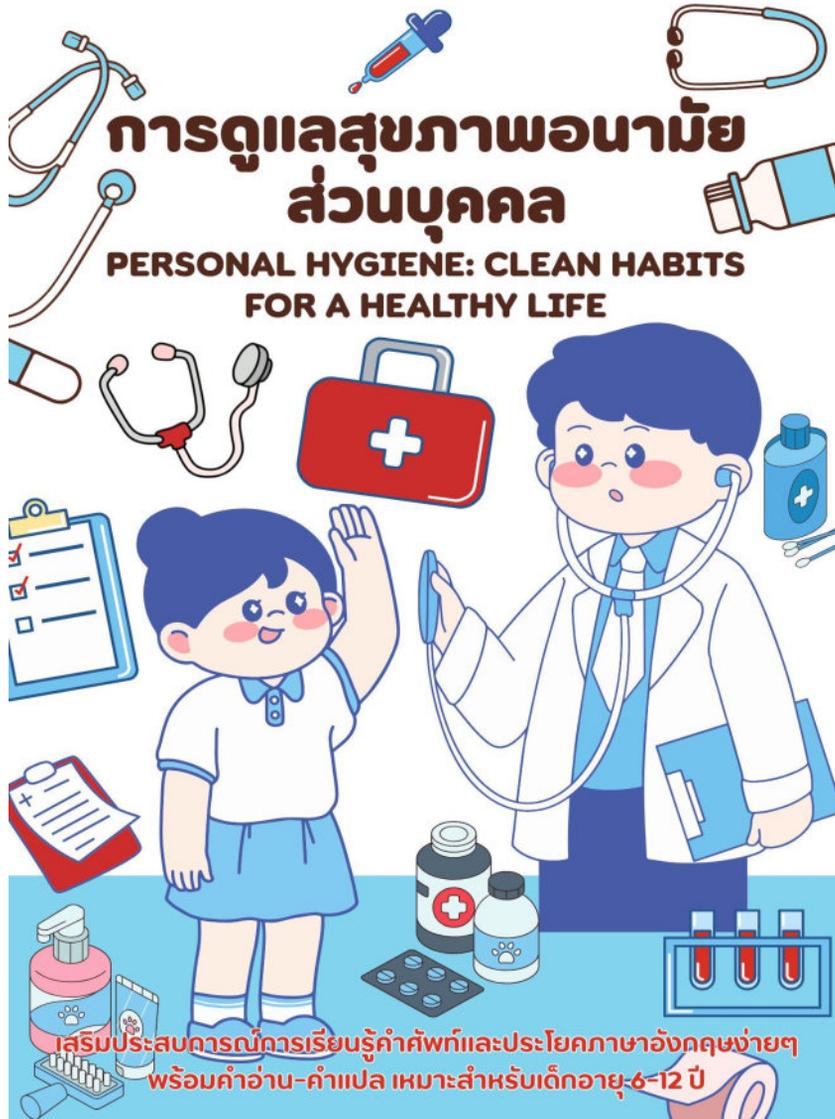
PERSONAL HYGIENE: CLEAN HABITS
FOR A HEALTHY LIFE

เสริมประสบการณ์การเรียนรู้คำศัพท์และประโยคภาษาอังกฤษง่ายๆ
พร้อมคำอ่าน-คำแปล เหมาะสำหรับเด็กอายุ 6-12 ปี

แบบฝึกหัดภาษาอังกฤษพร้อมคำอ่าน-คำแปล

Personal Hygiene: Clean Habits for a Healthy Life

การดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล



Author : Dr.Watcharee Tricharoenkullpak,Ph.D.

Artist : Chea Sreymom

Published by : Pimwalee Published

Copyright By Watcharee © 2025. All Rights Reserved.

คำนำ (Introduction)

This book is created to help children learn about personal hygiene in a simple and fun way.

ดิส บู้ค อีส ครี-เอท-ทิด ทู เฮลพ์ ซิล-เดร์น เลิร์น อะ-เบาท์ เพอร์-เซอะ-เน็ด ไฮ-จีน อิน

อะ ซิม-เพิล แอนด์ ฟัน เวย์.

หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อช่วยให้เด็กๆ เรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลอย่างง่ายและสนุกสนาน

Easy English sentences with pronunciation and Thai meaning help children understand how to take care of their bodies every day.

อี-ซี อิง-กลิช เซน-เทน-ซิด วิท โพร-นัน-ซี-เอ-ชัน แอนด์ ไทย มีน-นิง เฮลพ์

ซิล-เดร์น อัน-เดอะ-สแทนด์ ฮาว ทู เทค แคร์ ออฟ แดร์ บอด-ดีส เอ-วะ-รี เดย์

มีประโยคภาษาอังกฤษที่เข้าใจง่าย พร้อมคำอ่านและคำแปลภาษาไทย ช่วยให้เด็กๆ เข้าใจการดูแลร่างกายของตนเองในชีวิตประจำวัน

Good hygiene helps children stay healthy, happy, and confident.

กู๊ด ไฮ-จีน เฮลพ์ส ซิล-เดร์น สเตย์ เฮล-ธี แฮพ-พี แอนด์ คอน-ฟิ-เดนท

สุขอนามัยที่ดีช่วยให้เด็กๆ มีสุขภาพแข็งแรง มีความสุข และมั่นใจในตนเอง



 ประโยคง่ายๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล

Personal hygiene helps us stay healthy.

(เพอร์-เซอะ-เน็ด ไฮ-จีนิ เฮลพ์ส อัซ สเตย์ เฮล-ธี)

การดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลช่วยให้เรามีสุขภาพแข็งแรง

Children learn to take care of their own bodies every day.

(ซิล-เดริน เลิร์น ทู เทค แคร์ ออฟ แดร์ โอน บอด-ดี เอ-วะ-รี เดย์)

เด็กๆ เรียนรู้ที่จะดูแลร่างกายของตนเองทุกวัน

Washing hands keeps germs away.

(วอช-ซิง แชนด์ส คีพส์ เจิร์มส อะ-เวย์)

การล้างมือช่วยป้องกันเชื้อโรค

Brushing teeth makes our smile bright.

(บรัช-ซิง ทีธ เมคส์ อาวร์ สไมล์ ไบรท์)

การแปรงฟันทำให้รอยยิ้มสดใส

Bathing helps our body feel fresh and clean.

(เบ-ธิง เฮลพ์ส อาวร์ บอด-ดี ฟील เฟรช แอนด์ คลีน)

การอาบน้ำช่วยให้ร่างกายสดชื่นและสะอาด