

# ล้างมือให้สะอาด

ป้องกันโรคได้จริง

## Clean Hands



WASH  
your  
HANDS



เสริมประสบการณ์การเรียนรู้คำศัพท์และประโยคภาษาอังกฤษง่ายๆ  
พร้อมคำอ่าน-คำแปล เหมาะสำหรับเด็กอายุ 6-12 ปี

แบบฝึกภาษาอังกฤษพร้อมคำอ่าน-คำแปล

# Clean Hands

ล้างมือให้สะอาด ป้องกันโรคได้จริง



Author : Dr.Watcharee Tricharoenkullpak,Ph.D.

Published by : Pimwalee Published

Copyright By Watcharee © 2026. All Rights Reserved.

## คำนำ (Introduction)

This book invites children to learn that clean hands can really prevent diseases. Washing hands is easy, fun, and very important for good health. With simple English sentences, vocabulary, and meanings, children can enjoy learning and taking care of themselves every day.

ดิส บู้ก อินไวทส์ ซิลเดรึน ทู เลิรึน แดท คลีน แฮนดส์ แคน เรียลลี่ 프리เวนท์ ดีซีส. วอชซิง แฮนดส์ อีส อีซี ฟัน แอนด์ เวิร์ อิมพอร์แทนท์ ฟอร์ กู๊ด เฮลธ์. วิธ ซิมเพิล อิงลิช เซนเทนเซส ไวแคบบิวลารี แอนด์ มีนนิ่งส์. ซิลเดรึน แคน เอนจอย เลิรึนนิ่ง แอนด์ เทค แคร์ ออฟ เธิมเซลฟส์ เอเวอรี เดย์.

หนังสือเล่มนี้จะชวนเด็ก ๆ มาเรียนรู้ว่า การล้างมือให้สะอาดเป็นเรื่องง่าย แต่ช่วยป้องกันโรคได้จริง ผ่านเรื่องราวสั้น ๆ ภาษาอังกฤษง่าย ๆ ที่อ่านสนุก พร้อมคำศัพท์ คำอ่าน และคำแปล เพื่อให้เด็ก ๆ รักสุขภาพและดูแลตัวเองได้ทุกวันค่ะ

 ประโยคง่ายๆ

I wash my hands every day.

ไอ วอช มาย แฮนด์ส เอเวรี่ เดย์

ฉันล้างมือทุกวัน

Clean hands keep germs away.

คลีน แฮนด์ส คีพ เจิร์มส์ อะเวย์

มือสะอาดช่วยปกป้องมือจากเชื้อโรค

I wash my hands before eating.

ไอ วอช มาย แฮนด์ส บีฟอร์ อีทิง

ฉันล้างมือก่อนกินอาหาร

Soap and water make hands clean.

โซป แอนด์ วอเทอร์ เมค แฮนด์ส คลีน

สบู่และน้ำทำให้มือสะอาด

Clean hands help me stay healthy.

คลีน แฮนด์ส เฮลป์ มี สเตย์ เฮลธี

มือสะอาดช่วยให้ฉันสุขภาพดี