

健康なうんち(便)の見わけ方

色は？	よい	
	わるい	
量は？	よい	
	わるい	
形は？	よい	
	わるい	
ニオイは？	よい	
	わるい	

うんち(便)をするタイミング

●朝ごはんの後に、うんち(便)したくなるのはなぜ？

●うんち(便)をがまんすると、どうなる？