

பாலுறுப்புகளைச் சுத்தமாகப் பாதுகாப்போம்.

கோடிட்ட இடத்தை நிறைவு செய்க.

1. மாதவிடாய் காலத்தில் உடல் _____ப்
பேண வேண்டும்.

தூய்மையான

2. இளமைப் பருவத்தினர் ஒரு நாளைக்கு
_____ உடலைத் தேய்த்துக் குளிக்க
வேண்டும்.

குப்பைத்தொட்டியில்

3. மாதவிடாயின் போது _____ அணிவது
மிக அவசியம்.

தூய்மையை

4. _____ ஆடைகள் அணிபவரை அனைவரும்
விரும்புவர்.

பாதுகாப்பாகவும்

5. அணையாடையை மாற்றவில்லை என்றால்
_____ப் பாதிக்கும்.

நுண்கிருமிகள்

6. பயன்படுத்திய அணியாடையைப் பாதுகாப்பாகக்
_____ விச வேண்டும்.

உள்ளாடைகளை

7. வழலையைக் கொண்டு _____க் கழுவி
சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இருமுறை

8. உலர்ந்த, சுத்தமான உள்ளாடைகள் நமது பாலுறுப்புகளை
_____ தொற்றிக்கொள்வதிலிருந்து
பாதுகாக்கும்.

பொருத்தமான

9. நாம் நமது பாலுறுப்புகளைச் சுத்தமாகவும்
_____ வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

பாலுறுப்புகளை

10. ஆண்களும் பெண்களும் _____
உள்ளாடைகள் அணிவது அவசியம்.

அணையாடையை