**トイレに行きましょう**

人が命を支えるうえで、トイレに行き、おしっこをしたり、ウンチをすることはとても大切です。  
トイレの数が少なかったり、くさかったりして、トイレに行きたくなくなるかもしれません。  
トイレに行く回数を減らすために、水を飲む量を少なくしたり、食べる量を少なくすると、体の調子が悪くなります。  
便秘になったり、血液の流れが悪くなって、血の塊（血栓）ができる場合もあります。  
「トイレは大切だよね」と、言葉に出して、お互いにいたわりつつ、ゆずりあい、そして清潔に使いましょう。こんなときだからこそ、マナーを守って。