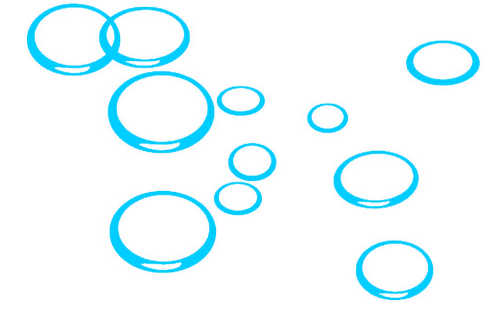




# របៀបធ្វើអោយមានអនាម័យ

## HOW TO BE CLEAN



1



យើងត្រូវលាងដៃជាមួយ  
និងសាប៊ូ រៀងរាល់ មុន  
ពេលញ៉ាំបាយ និង ក្រោយ  
ពេលចេញពីបន្ទប់ទឹក ។

2



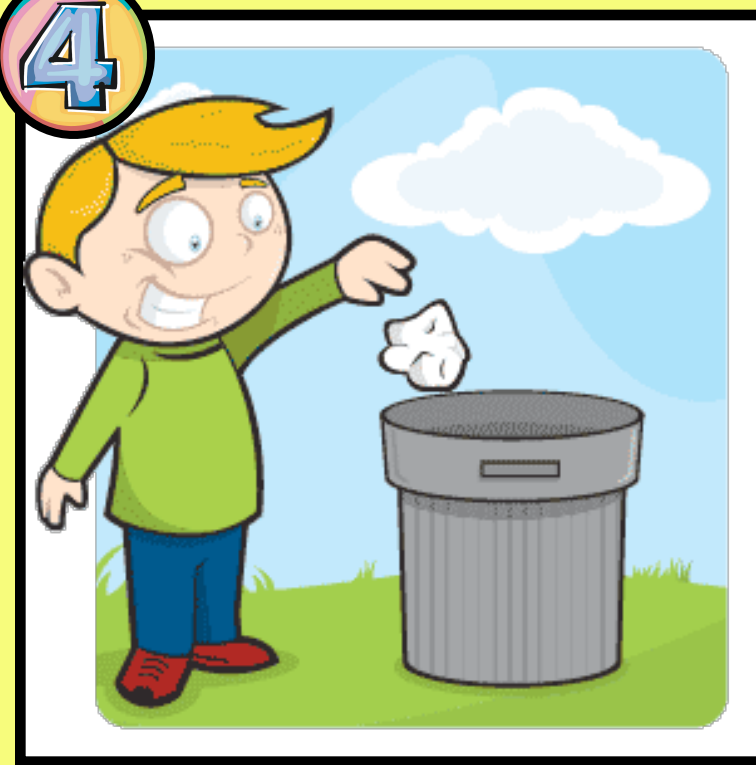
យើងត្រូវដុសធ្មេញ ជាមួយនិង  
ថ្នាំដុសធ្មេញ ហើយនិងច្រាស  
រៀងរាល់ ពេលព្រឹក និង  
ពេលល្ងាច ។

3



យើងត្រូវងូតទឹក អោយបានរៀង  
រាល់ថ្ងៃ ហើយត្រូវដុសលាងខ្លួន  
ជាមួយសាប៊ូជានិច្ច ។

4



យើងត្រូវចោលសំរាម  
នៅក្នុងធុងសំរាម។  
យើងមិនត្រូវបោះសំរាមចោល  
នៅលើទីធ្លាឥតសណ្តាប់ ធ្នាប់  
'នោះទេ ។