



กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ

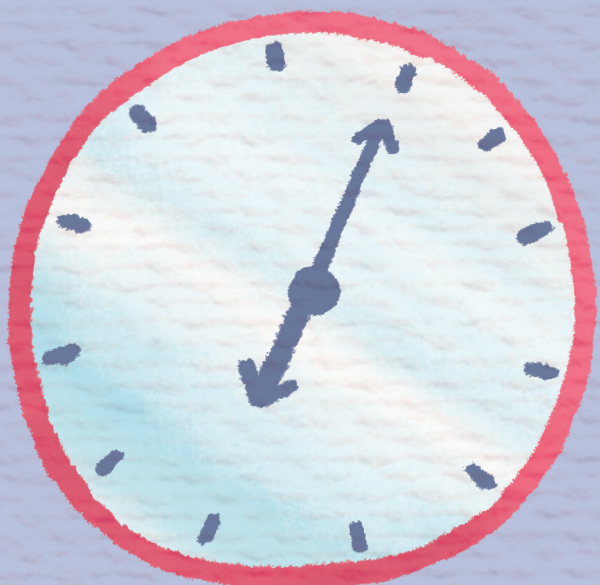
อนันต์ ตัวยุ่ง

กับ

คาถา **ตุง ตุง**
๑ ๑



เรื่อง วชิรมาศ อาษารัฐ
ภาพ พีวาศัยม



ณ เมืองเล็กเล็ก
เด็กเด็กสุขใจ
ร่าเริงแจ่มใส
ร่างกายแข็งแรง

นั่นแสงอะไร
ทำไมแปลกแปลก
เกิดขึ้นครั้งแรก
แสงแปลกสีเขียว
ตะลึงตุงตุง
ตะลึงตุงตุง



พื สก พื สก

ต้นไม้อเปลี่ยนไป
ต้นน้อยต้นใหญ่
กลายเป็นน้ำอัดลม
ตะหล่งตุงตุง
ตะหล่งตุงตุง



พื สก พื สก

ดอกไม้เปลี่ยนไป
ดอกไม้เล็กใหญ่
กลายเป็นลูกอม กลายเป็นขนม
ตะหล่งตุงตุง ตะหล่งตุงตุง





เด็กเด็ก **อ้ออ้อ**
เสียงร้องระงม
ยื้อแย่งลูกอม ยื้อแย่งขนม
แล้วก็โกรธกัน

เด็กเด็ก **อ้ออ้อ**
เสียงร้องระงม
ยื้อแย่งน้ำอัดลม
แล้วก็โกรธกัน



ตะหุล่งตุงตุง
นั้นเจ้าอนอ้ว
เจ้าตัวจอมยุง
ท่องคาถาตุงตุง
ทำเรื่องวุ่นวาย

ตะหุล่งตุงตุง
ตะหุล่งตุงตุง

ตะหุล่งตุงตุง ไม่ออกไปเล่น

ไม่ออกกำลัง

ไม่ออกกำลัง ก็ไม่แข็งแรง

อ่อนแอ..อ่อนแอ

ตะหุล่งตุงตุง ตะหุล่งตุงตุง





นานะเปลี่ยนไป
ไม่รับประทาน
ข้าวปลาอาหาร
ผลไม้ ผัก นม



สายหมอกเปลี่ยนไป
มือไม้เปื้อนเปรอะ
มอมแมมเลอะเทอะ
ไม่อาบน้ำ ล้างมือ



ลั้มซ่าเปลี่ยนไป
กินแต่ขนม
กินแต่ลูกอม
แต่ไม่ยอมแปรงฟัน



พืพืเปลี่ยนไป
ไม่ออกมาเล่น
แต่เข้าจรดเย็น
ไม่เล่นกับใคร

โถ้ย..ปวดหัว
โถ้ย...หายใจไม่ออก
ฮึดช่วย...ฮึดช่วย

โถ้ย..ปวดฟัน
โถ้ย..ปวดท้อง
ปวด...ปวด บู้ด...บู้ด

ช่วยด้วย
ช่วยด้วย
ใครก็ได้
ช่วยพวกเราที

พี่ 4D มาแล้ว
พี่ 4D มาช่วย
เด็กเด็กไปด้วย
เราต้องช่วยกัน
แก้มันต์ตุงตุง



นานะกินผักผลไม้ ลด หวาน มัน แป้ง
กินแล้วหยิบแปรง หยิบยาสีฟัน



ล้างแปรงฟันสะอาดทุกซี่
มีฟันสุขภาพดี ยิ้มอย่างมั่นใจ



ปั้นแป้งด้วยกัน
สุขสันต์สดใส
อ่านนิทานเพลินใจ
สนุกจริงจริง



พื้กับเพื่อน ไปเล่นด้วยกัน
สนุกสุขสันต์ ทุกวันดีดี



สายหมอกกลับบ้านเร็วรี
เป็นเด็กดีดี อาบน้ำชื่นใจ



แก้คาถาตุงตุง ด้วยความสะอาด
ร่างกายปราศจาก เชื้อโรคตัวร้าย



แก้คาถาตุงตุง ด้วยความแข็งแรง
ร่างกายแข็งแรง เชื้อร้ายหมดไป

อนอ้วตัวยุ่ง
มานั่งเสียใจ
ไม่มีใครใคร
มาเล่นด้วยเลย



ณ เมืองเล็กเล็ก
เด็กเด็กสุขใจ
ร่าเริงแจ่มใส
ร่างกายแข็งแรง

กินผักผลไม้
อาบน้ำทุกวัน ชวนกันปั่นแป้ง
แปรงฟันชอบแปรง
แข็งแรงทุกคน



พี่ 4D บอกว่า
ถ้าไปแปรงฟัน
ขยันอาบน้ำ
กินผักหม่ำหม่ำ
จะเป็นเพื่อนกัน





อนอ้วตัวยุงกับคาถาตุงตุง

เรื่อง : วชิรมาศ อาชาวัฐฐ ภาพ : พีวาทย์ม

ISBN 978-616-11-4881-2

ผู้จัดทำ : สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
88/22 อาคาร 7 ชั้น 2 หมู่ที่ 4 ถนนติวานนท์ ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000
โทรศัพท์ 0-2590-4417

ผู้ออกแบบกระบวนการและสื่อนิทาน อนอ้วตัวยุงกับคาถาตุงตุง

: บริษัท ฮาร์โมนิสท์ คอนซัลแทนท์ จำกัด (สำนักงานใหญ่)
24 ซอยงามวงศ์วาน 18 แยก 4 ตำบลบางเขน อำเภอเมืองนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี 11000
โทรศัพท์ 0-2589-0353

พิมพ์ : บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด 6/1 ซอยเสรีไทย 58
แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510 โทรศัพท์ 0-2136-7042 โทรสาร 0-2136-7043

พิมพ์ครั้งแรก : มิถุนายน 2565

สงวนลิขสิทธิ์

เทคนิคการอ่านนิทาน

การเลือกหนังสือนิทาน

เลือกนิทานที่ตรงตามพัฒนาการของเด็ก ๆ สนุกสนาน และสอดแทรกคติธรรมอย่างแนบเนียน ไม่มุ่งเน้นสั่งสอน

การเตรียมตัวก่อนอ่านนิทาน

ผู้อ่านผู้เล่า อ่านออกเสียงก่อนอย่างน้อยหนึ่งครั้ง เพื่อจะได้คล่อง เว้นจังหวะ และทำความเข้าใจเรื่องให้ถ่องแท้

เทคนิคการอ่านนิทาน

ผู้เล่าสามารถสร้างสรรค์เทคนิคของตนเองให้สอดคล้องกับเรื่องได้เลย ไม่มีข้อจำกัด อาจจะเป็นนิทานร้องเพลง ละครนิทาน นิทานหุ่น ตามความถนัด



คลิปวิดีโอประกอบการใช้งานและตัวอย่างการเล่าหนังสือนิทาน Big Book เพื่อสนับสนุนการยกระดับคุณภาพสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยด้านสุขภาพ (4D)



คู่มือและคลิปวิดีโอกิจกรรมเสริมเนื้อหานิทาน Big Book เพื่อสนับสนุนการยกระดับคุณภาพสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยด้านสุขภาพ (4D)



กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ

สถาบันพัฒนาอนามัยเด็กแห่งชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
88/22 อาคาร 7 ชั้น 2 หมู่ที่ 4 ถนนติวานนท์ ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง
จังหวัดนนทบุรี 11000 โทรศัพท์ 0-2590-4417