



Gramalaya - Tiruchirapalli

குழந்தைகளுக்கான சுகாதாரப் பாடல்கள்



சுகாதாரப்
பாடல்கள்

H
y
g
i
e
n
e
s
o
n
g
s

62-B, 10th Cross,
Further West Extension Road,
Near Water Tank,
Thillai Nagar, Trichy - 620 018.
Tel : 0431-2740263
website : www.gramalaya.in

Songs written by

S. Damodaran

Founder Director, Gramalaya



பாடல் 1

அழகான ஊராம்.....

அழகான ஊராம்
அங்கங்கே வீடாம்
ஊரைச் சுத்தி மலமாம்
மலத்தின் மேலே ஈக்களாம்

ஈக்கள் காலில் கிருமியாம்
சோத்து மேலே உக்காருதாம்
சோத்தை தின்ன தம்பிக்கு
வயித்துப் போக்கு வந்ததாம்

அக்காவுக்கும் வந்ததால்
அம்மாவுக்கு அழகையாம்
அழகான ஊரும்
அசிங்கமான ஊராச்சு

அங்கங்கே மலம் கழிச்சு
எங்கும் நோயே என்றாச்சு
மலத்தினால் நோய்க்கிருமி
ஊரெல்லாம் பரவுதாம்

வீட்டுக்கொரு கழிவறை
ஊரெல்லாம் கட்டணும்
கழிப்பறையில் மலம் கழிச்சு
கவலையின்றி வாழணும்.

Song 1

A beautiful village

A beautiful village
Dotted with houses
Surrounded by faeces
Flies rest on it.

Flies legs with germs;
Flies sit on food
When the brother eat food;
Diarrhoea is the result.

When sister also affected;
Mother started crying
And the beautiful village;
Becomes a filthy village.

Because of faeces in the village;
Disease spreads everywhere
Because of faeces, germs;
Spread in the village.

Let us build toilet;
One for each house
When everyone uses it;
Life is totally disease free.

பாடல் 2

காலை முதல் மாலை வரை

காலை எழுந்ததும் கண்விழித்து
கழிவறைச் சென்று மலம் கழிப்போம்
கைகளில் சோப்பு பயன்படுத்தி
கிருமிகள் அழுக்குகள் நீக்கிடுவோம்.

கறைகள் நீங்கிட பத்துலக்கி
கண்கள் தலைமுடி சுத்தம் செய்வோம்
குளிர்ந்த நீரில் குளித்தவுடன்
காலைக் கடனை முடித்திடுவோம்.

கடவுளை வணங்கி படித்தவுடன்
காலைவேளை உணவு உண்போம்
காலில் செருப்புடன் மறவாமல்
கல்விக்கூடம் சென்றிடுவோம்.

மதியம் உணவு உண்ணும் முன்னே
மண்ணில் விளையாடிய அழுக்கினையே
தண்ணீர் சோப்புடன் சுத்தம் செய்து
தரமான உணவினை அருந்திடுவோம்.

பள்ளியில் கழிவறை பயன்படுத்தி
பள்ளித் தூய்மை காத்திடுவோம்
பள்ளிக் குழந்தைகள் நலம் காத்து
பண்பாய் நாமும் வளர்ந்திடுவோம்.

மரங்களின் நிழலில் விளையாடி
மகிழ்வுடன் அனைவரும் உரையாடி
தூங்கும் முன்னே பத்துலக்கி
தூய்மை என்றும் காத்திடுவோம்.

Song 2

From morning to evening

Wake-up from bed
Visit the toilet to ease yourself
Use soap to wash your hands
To remove dirt and germs

Brush your teeth to remove stains
Clean your eyes and your hair
Let us bath in cold water and
Complete the morning ablutions

After prayer, finish your studies
Consume then your breakfast
Then wear footwear and
Let us go to attend school.

Before taking lunch at school
Cleanse the hand to remove dirt
With enough soap and water
Now consume quality food.

Use the school toilet
To safeguard cleanliness
Keep the health of students
Let us grow with hygiene habits

Let us play in the trees shade
And converse with happiness
Let us brush our teeth before bed
Thereby observe Hygiene.

பாடல் 3

குடிநீர்

ஆத்து தண்ணிய குடிச்சிட்டாலே
அநேக நோய்கள் வந்திடுமே

குளத்து தண்ணியை குடிச்சிட்டாலே
உயிர்க்கொல்லி நோயும் வந்திடுமே

வாய்க்கால் தண்ணியை குடிச்சிட்டாலே
வாந்தி பேதியும் வந்திடுமே

அடிக்குழாய் தண்ணியை குடித்திடுவோம்
ஆரோக்கியமாய் வாழ்ந்திடுவோம்.

Song 3

Drinking water

Drinking water from rivers
Is to invite diseases many;

Water from ponds nearby
Invites killer diseases;

Drinking water from canal
Attracts diarrhoea easily; But

Drinking water from handpumps
Leads to a healthy life.

பாடல் 4

கழிவறை தேவை

அம்மா எனக்கொரு கழிவறை வேணும்!
அப்பா எனக்கொரு கழிவறை வேணும்!
காட்டிலும் மேட்டிலும் மலம் கழித்தால்
கல்லும் முள்ளும் குத்துதே!

அக்கா எனக்கொரு கழிவறை வேணும்!
அண்ணை எனக்கொரு கழிவறை வேணும்!
இரவும் பகலும் எந்நேரமும்
இஷ்டம் போல் சென்று வரவே!

உற்றார் உறவினர் வீட்டுக்கு வந்தால்
உதவிட நமக்கொரு கழிவறை வேணும்!
பெற்றோர் மற்றோர் மகிழ்வுடன் செல்ல
வீட்டுக்கு அவசியம் கழிவறை வேணும்!

வீட்டின் சூழல் வீதியின் சூழல்!
காட்டின் சூழல் நாட்டின் சூழல்!
என்றும் காக்க எங்கும் காக்க!
எனக்கொரு கழிவறை என்றும் வேணும்!

Song 4

Toilet needed

Oh my mummy, I want a toilet!
Oh my father, I need a toilet!
When I defecate in the open,
Thorns and stones are piercing my legs!

My dear sister, I need a toilet!
Hi, my brother, I want a toilet!
If I get toilet, then day or night
I can ease myself at anytime!

When friends and relatives visit;
A toilet is needed to put them at ease
For parents also and others;
A toilet is needed in house.

To keep the house and street environment;
So are the lands and country
To keep the environment neat and clean
always and everywhere;
I need a toilet in my house.

பாடல் 5

எங்கள் வீட்டுக் கழிவறை

எங்கள் வீட்டுக் கழிவறை
எனக்கு உதவும் கழிவறை!

அங்குமிங்கும் அலையாமல்
ஆளைக்கண்டால் ஓடாமல்!

பாதுகாப்பு தந்தீடுமே
பக்கத் துணையாய் நின்றீடுமே!

இருட்டு பயமும் இல்லையே
தீருட்டு பயமும் இல்லையே!

மருந்து செலவும் மீதமே!
மனித நேரமும் மீதமே!

விபத்துக்களும் இல்லையே!
விஷஜந்தும் இல்லையே!

முதியோர்க்கு நலமாமே!
மகளிர்க்கும் நலமாமே!

கஷ்டம் இனி இல்லையே!
கவலை இனி இல்லையே!

சொல்வதெல்லாம் உண்மையே!
உணர்ந்தால் நமக்கு நன்மையே!

Song 5

My house toilet

My household toilet;
My friendly toilet!

Without roaming everywhere;
Without running, when people see me!

Protects me;
and helps me more!

No fear of darkness;
and no fear of theft!

Savings on medical bills;
and savings on timings too!

No fear of accidents;
and no fear of poisonous insects!

It is useful to the elderly and
useful to the women!

No more difficulty further
No worry hereafter!

What I speak is truth;
good, when you realize this!

பாடல் 6

கைகளை சோப்பு கொண்டு கழுவிடுவோம்

கைகள் சுத்தமாயிருந்தால் தான்
நேய்களை நாமும் தடுக்கலாம்!
நோய்களையே தடுத்தால் தான்
நலமாய் நாமும் வாழலாம்!

சமைப்பதற்கு முன்னால் தான்
கைகளை நாம் கழுவணும்!
சாப்பிடுவதற்கு முன்னால் தான்
சோப்பு போட்டுக் கழுவணும்!

பரிமாறும் முன்னால் தான்
பக்குவமாய் கழுவணும்!
உணவு உண்டும் முன்னால் தான்
நன்றாக கை கழுவணும்!

மலம் கழித்த பின்னால் தான்
சோப்பு போட்டுக் கழுவணும்!
குப்பைகளை அகற்றிய பின்
குறிப்பாய் நாமும் கழுவணும்!

குழந்தைகள் மலத்தை அகற்றிய பின்
கருத்துடனே கழுவணும்!
மண்ணில் விளையாடிய பின்னால் தான்
மறக்காமல் கழுவணும்!

முறையாய் கைகளை கழுவினால்
கிருமிகளைத் தடுக்கலாம்!
கிருமிகளைத் தடுத்தால் தான்
நோயின்றி வாழலாம்!

Song 6

Washing hands with soap

If we wash hands with soap;
We can prevent diseases
If we prevent diseases;
We can lead to a healthy life!

Wash hands Before cooking;
Clean it with soap Before eating!

Before you serve
Wash your hands properly;
Before you feed a child
Wash your hands well!

After you answer nature's call;
Wash your hands with soap;
After removing garbage;
Ensure washing your hands!

After you remove child's faeces;
Wash hands carefully;
After playing in the ground;
remember to wash your hands!

When you wash hands correctly;
Diseases can be prevented;
And when you do this;
You can live disease free!

பாடல் 7

வீட்டுத் தோட்டம்

தோட்டமம்மா தோட்டம்!
வீட்டுக்கொரு தோட்டம்!
வீணாகும் நீரில் தோட்டம்!
வியாதிப் போக்கத் தோட்டம்!

ஆடிமாசம் அவரைக்காய்!
அடுத்து போடலாம் பாகற்காய்!
சும்மா பறிக்கலாம் சுண்டைக்காய்!
சுவைக்கு நல்ல சுரைக்காய்!

கழிவு நீரில் தோட்டம்!
காய்கறிக்கு தோட்டம்!
கொசுக்கள் ஒழித்திட தோட்டம்!
சுத்தம் காக்கும் தோட்டம்!

Song 7

Kitchen gardens

Garden! Garden everywhere;
a Garden for every house!
A Garden from waste water;
garden to remove diseases!

Bean in April;
Next month we can get pitterguard;
Very often we can get Sundaikkai;
And for good taste you can get bottleguard!

A Garden out of waste water;
A garden for vegetables!
A garden to remove mosquitoes;
A garden to ensure cleanliness!

பாடல் 8

உறிஞ்சுக்குழி அமைப்போம்

கண்ட இடத்தில் கழிவுநீர்
காலை வைக்க சகிக்கலே!

கண் இமைக்கும் நேரத்தில்
கால் வழக்கி விழணுமே!

கைப்பம்பு அருகில் கழிவுநீர்
குழாய் அருகிலும் கழிவுநீர்!

வீட்டருகில் கழிவுநீர்
வீதியெங்கும் கழிவுநீர்!

வியாதியைத் தான் பெருக்குதே!
ஊரையும் தான் கெடுக்குதே!

கழிவுநீரை அகற்றிட
உறிஞ்சுக் குழி அமைக்கணும்!

உறிஞ்சுக் குழி அமைப்பதால்
ஊரும் சுத்தமாயிடும்!

Song 8

Let us build a soak pit

Stagnated water everywhere
Scared to put your feet anywhere!

In the twinkling of an eye
You can slip and fall!

Waste water near the hand pump
Waste water near the tap!

Waste water near the house
Wastewater is every where!

Wastewater increases diseases
Waste water spoils the village!

So create soak pits
To remove waste water!

And if you create soak pits
The village becomes clean!

பாடல் 9

குப்பைகளை அகற்றவேண்டும்

அங்கங்கே குப்பையாம்!
அசிங்கமாகக் கிடக்குதாம்!

குப்பைக்குள்ளே எலிகள், பூச்சி
குடியிருந்து பெருகுதாம்!

வீதியெல்லாம் குப்பையாம்
வியாதிகளையும் பெருகுதாம்!

சிதறிக் கிடக்கும் குப்பையில்
நாற்றம் தானே வீசுதாம்!

மக்கிப் போகும் குப்பையில்
மண்புழு உரம் தயாரிப்போம்!

மக்கா குப்பையை பிரித்தெடுத்து
மறுசுழற்சி செய்யலாம்!

Song 9

Garbage should be removed

Garbage is here and there;
Spoils our atmosphere!

Rats and insects inside it;
Live and breed!

Garbage strewn out on
the streets spreads diseases!

The garbage on the streets;
Create foul smell all the way!

Let us produce Vermi-
compost with degradable waste!

Let us segregate the non-
degradable for recycling!

பாடல் 10

கழிப்பறை

கழிப்பறையாம் கழிப்பறை;
குறைந்த செலவு கழிப்பறை!

அம்மா விரும்பும் கழிப்பறை;
அக்கா விரும்பும் கழிப்பறை!

ஆரம்பப் பள்ளிக்கும் கழிப்பறை;
அங்கன்வாடிக்கும் கழிப்பறை!

எளியோருக்கும் கழிப்பறை;
எல்லோருக்கும் கழிப்பறை!

வீட்டுக்கொரு கழிப்பறை;
வியாதி போக்கும் கழிப்பறை!

Song 10

Toilet

Toilet; Toilet;
Low cost Toilet!

The toilet my mother loves!
The toilet my sister likes!

Toilets for the primary school;
and toilets for the Anganwadi (Creche)!

Toilets for the poor;
and toilets for all!

Toilets for every house;
And toilets for healthy life!

பாடல் 11

மழையே நீ வருவாயா!

மழையே! மழையே! வருவாயா,
மக்களின் தாகம் தீர்ப்பாயா!
அடைமழை அதிகம் பொழிவாயா,
அனைவரின் துயரம் தீர்ப்பாயா!

சின்னப்பையன் விளையாட,
சிந்தும் நீராய் வருவாயா!
கண்ணில் வடியும் நீர் நிற்க,
கனமழை ஒன்றை தருவாயா!

ஆடுமாடுகள் குடித்திடவே,
அணைகள் நிரம்பிட வருவாயா!
அம்மா துணிகள் துவைத்திடவே,
அதிகம் நீரைத் தருவாயா!

பயிர்கள் செழித்து வளர்ந்திடவே,
பஞ்சம் தீர்த்திட வருவாயா!
இன்பம் எங்கும் பொங்கிடவே,
இனிய மழையே வருவாயா!

Song 11

Rain.... Rain.... will you come?

Rain, rain will you come,
And quench peoples thirst
will you pour more during monsoon,
And remove peoples suffering.

For a small boy to play,
Will you provide water?
To stop tears from eyes,
Will you provide a down pour?

For cows and goats to drink,
Will you fill up dams, and tanks
For mother to wash clothes,
Will you provide more water?

For crops to flourish,
Will you come and drive away drought?
For all people to be happy,
Sweet rain, will you come?