

上星期，我生病了。我覺得十分難受。

上星期五放學後，我和小明在足球場踢足球，踢完足球後，我既骯髒又飢餓。我回到家看見西瓜味的紙杯蛋糕，我就門也沒關，手也沒洗，急急忙忙地丟下書包，吃起蛋糕來。蛋糕十分美味，然後我一口一口地把所有桌子上的紙杯蛋糕都吃光了。

忽然，媽媽從廚房走出來，她看到我沒有洗手就吃紙杯蛋糕，她嚴厲地說：「要先洗手再吃紙杯蛋糕。」我自信滿滿地說：「我很強壯，就算細菌跑進我的腸胃，我也不怕！」

晚上，我看電視時突然肚子痛，然後跑進廁所拉肚子，媽媽見我不斷出入廁所，便溫柔地對我說：「我可愛的寶貝



怎麼了？」我痛苦地說：「我拉肚子了！」媽媽擔心地說：「你一定是因為沒洗手就吃紙杯蛋糕，所以拉肚子。要不要我帶你去診所看醫生？」我難受萬分地說：「好！」

到了診所，醫生問：「你有沒有先洗

手再吃東西？」我回答醫生：「沒有。」醫生說：「如果你沒有洗手就吃東西，很容易會生病。」我慚愧地說：「我明白了！」

這次生病，我覺得很難受。我學會了要先洗手再吃東西。我決定以後要注意衛生。