

8月28日（木）目が悪くなる

きのうの、4年生の発育測定で「目が悪くなる理由」について、〇〇先生が話していました。〇〇〇〇〇さんは「近くのものだけずっと見ていると目が悪くなる」と発表していました。



調べてみると、目が悪くなる理由が、主に6つありました。

- 1 パソコン、スマホ、テレビの見過ぎ
- 2 近くの物の見過ぎ
- 3 ストレス
- 4 メガネがあってない
- 5 病気
- 6 けが

私が子供の頃は、パソコンやスマホがなかったので「マンガばかり読んでいると目が悪くなる」と親に言われていました。「何で？」と思いましたが、今なら分かります。夢中になって、目を近づけてずっと見てしまうからなのです。

目は一度悪くなると、よくなることが難しいらしいので、大事にしたいですね。

村越 新