

扇小レポート 899 本を読むとき

保健室の廊下に貼ってあった「保健ニュース」です。
本を読むときの部屋の明るさについて、注意してくれています。
読書をたくさんしてもらいので、よく読んでもらいたいです。

少年写真新聞
Juniors' Visual Journal
http://www.schoolpress.co.jp

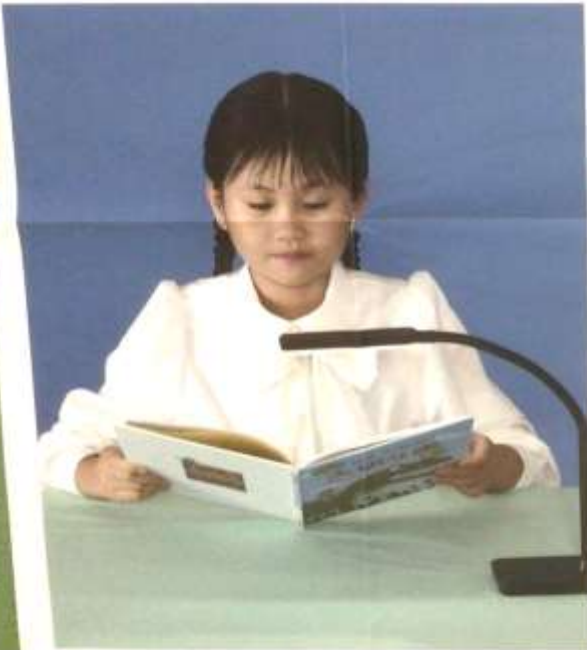
小学保健ニュース

No.1435

10月8日号

本を読むときは部屋の明るさを意識しよう

本に目を近づけなくても、文字がはっきりと見えるように照明などで明るさを調節しましょう



部屋の照明だけでは暗いときは、スタンドライトを使って、手元を明るくします。



部屋が十分に明るければ、文字ははっきりと見えます。



本に目を近づけないと文字が読めないときは、部屋が暗い状態です。

光がまぶしくて見えづらいときは



カーテンなどで日差しをさえぎって、まぶし過ぎない明るさに調節しましょう。

目を大切にする気持ちがあれば、できることだと思います。