

小 新版 たのしいほけん  
3・4年(保健332)  
拡大版【30P】



拡大版【30P】

新版

# たのしい ほけん

3・4 年



大日本図書

ほけん 3 4 年 30 ポイント A4 判



## へや ちょうせつ 部屋の明るさの 調 節

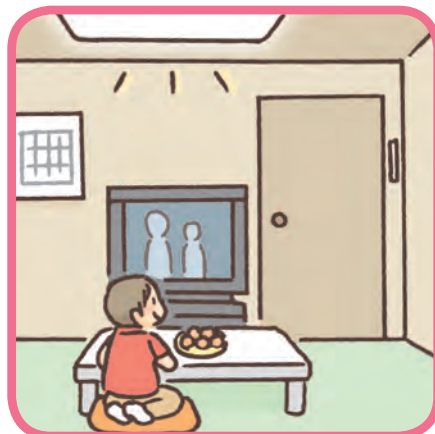
- つくえの上だけではなく、部屋<sup>ぜんたい</sup>全体を明るくする。



- 明るすぎるときは、カーテンなどで日ざしを弱める。



- 部屋が<sup>くら</sup>暗いときはあかりをつける。



12-3

## こらい 校医さん

部屋が暗すぎたり，明るすぎたりすると目をいためることがあります。部屋の電気をつけたり，カーテンなどをつかったりして明るさを調節することが大切です。



本を読んだり，字を書いたりするときは，つくえにむかい，しせいをよくすることが大切です。目は，本などに近づけすぎないようにしましょう。