

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



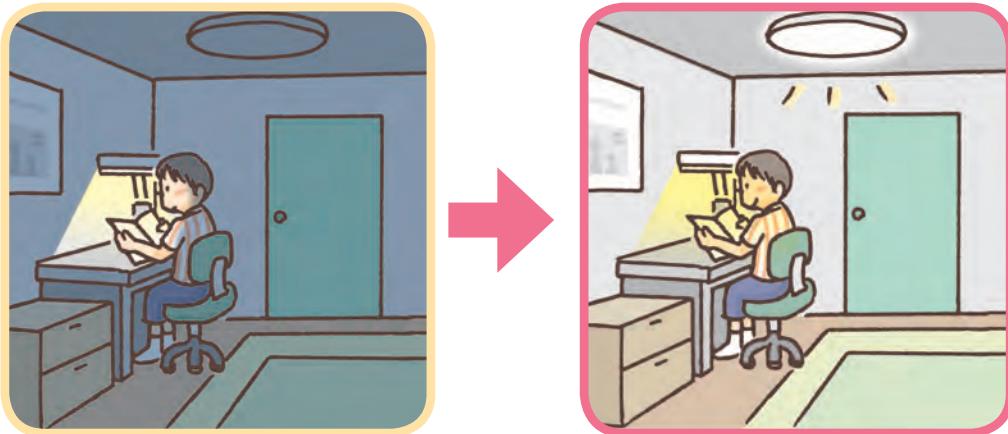
大日本図書

ほけん3・4年 30 ポイント A4判

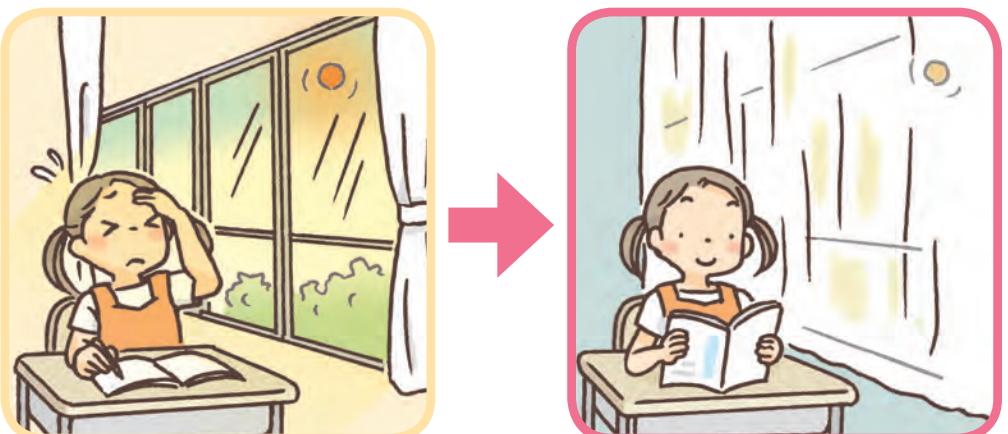
# へや 部屋の明るさの 調 節

ちょうせつ  
せんたい

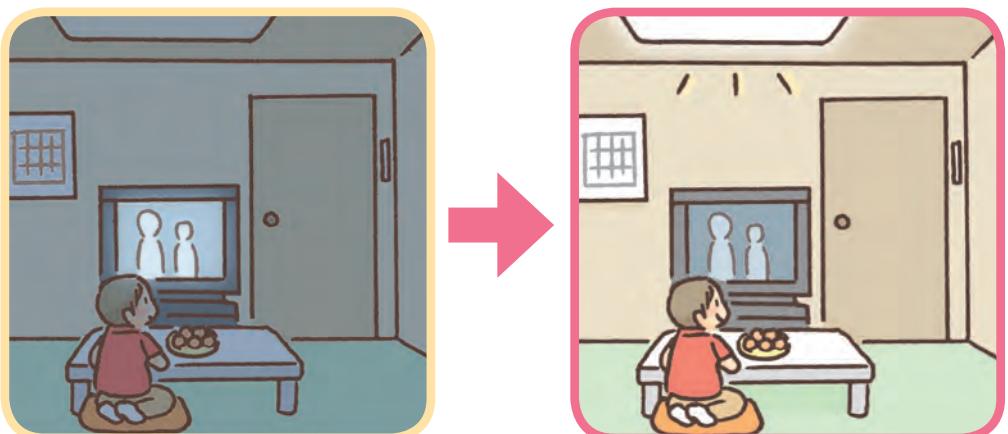
- つくえの上だけではなく、部屋全體を明るくする。



- 明るすぎるときは、カーテンなどで日ざしを弱める。



- 部屋が暗いときはあかりをつける。



12-3

## こうい 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できます。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。

12-4