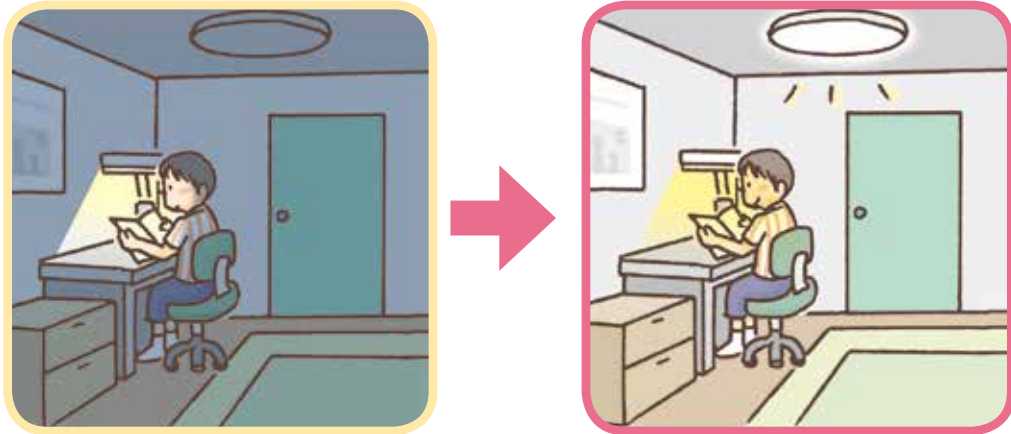
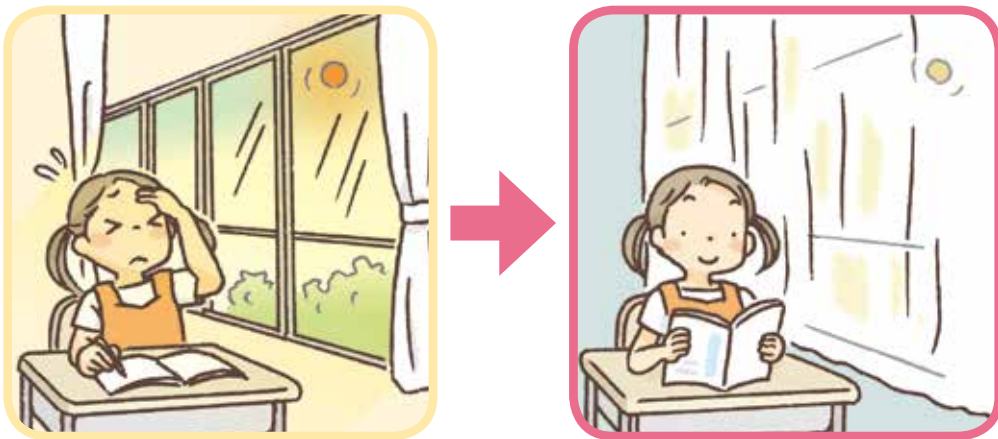


へや ちょうせつ 部屋の明るさの調節

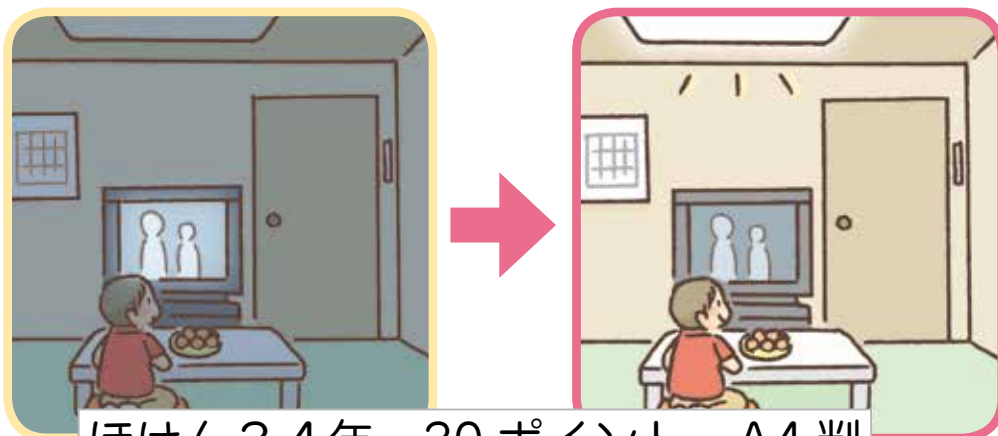
- つくえの上だけではなく、部屋^{ぜんたい}全体を明るくする。



- 明るすぎるときは、カーテンなどで日ざしを弱める。



- 部屋が暗^{くら}いときはあかりをつける。



12-3

ほけん34年 30ポイント A4判

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。