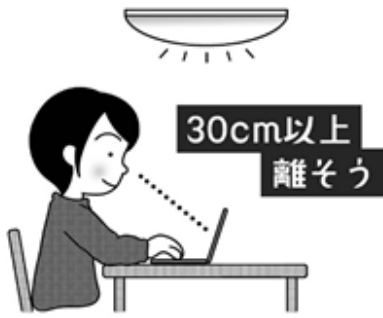


10月10日は目の愛護デー／

明るい部屋で

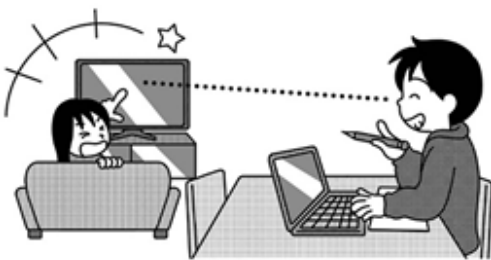


スマホも
タブレットも
1人1台!?

移動中はまわりの景色も
楽しんで



1時間くらい近くを見続けたら
10分は遠くを見よう



定期的に眼科医の
指導を受けよう



目に優しい
生活習慣を

こころとからだのけんこうコーナー



小説『星の王子様』の一説に「心で見なければ
ものごとはよく見えないうこと。大切なことは
目に見えないんだよ」というものがあります。

友達の表情やしぐさは「顔の中にある目」で
見っていますが、そこに隠れている本当の気持ちを見
るときには、その人の心を思いやる「心の目」を
使っているのかもしれない。

顔の中の目も、心の目も大切にしていきたいで
すね。



レッツ・チャレンジ！
7つのまちがいさがし



↑↑↑ 答えは上河内中の HP「R3 保健だより10月」をご覧ください！

まちがいさがし 答え

