

### じゅう がつ とお か め あいご 10月10日 目の愛護デー

こくばん じ み  
黒板の字が見えにくくなっていませんか?  
あき しりょくけんさ はじ ひと し だ  
秋の視力検査が始まっています。B~Dだった人にお知らせを出します。  
はる わる ひと はや がんか  
春よりも悪くなっている人は、早めに眼科にいきましょう。

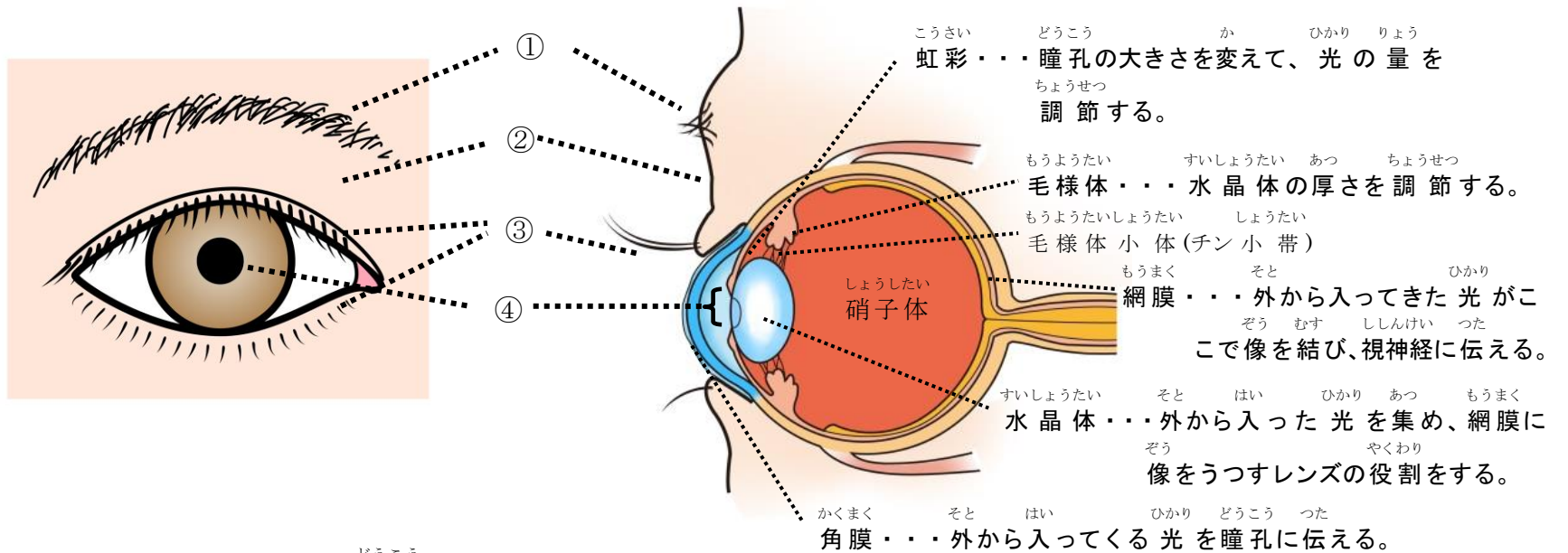
### めにやさしい生活 って??

すいみんをしっかりとるこ  
お 起きている 間ずっと働いている目を やす  
休めるにはすいみんをとることが大切で  
す。



### め し 目のしくみを知ろう

め なか なまえ し  
目の中やまわりにあるものの名前を知っていますか?  
ヒントを参考に( )の中にその場所の名前を入れてみましょう。

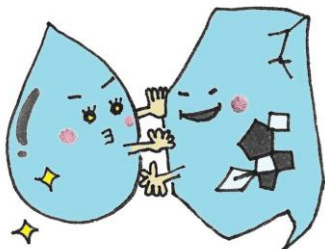


ヒント・・・まつげ、瞳孔、まぶた、まゆげ

- ①( ) ひたいから汗が目に入るのを防ぐ。
- ②( ) 目を守り、まばたきで乾くのを防ぐ。
- ③( ) 目にごみやほこりが入るのを防ぐ。
- ④( ) 目のまん中の光をとおす穴で、光の量によって大きさが変わる。

### はたら め まも なみだの働き・・・みんなの目を守ります!

め かわ  
目が乾くのを  
ふせ  
防いだり、  
しげき  
刺激から守  
ります。



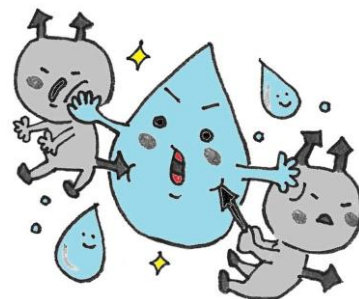
め えいよう  
目に栄養や  
さんそ  
酸素を運  
んでいます。



まばたきとあ  
わせて、目に  
はい  
入ったゴミな  
どを洗い流  
します。



さいきん はい  
細菌が入るこ  
びょうき  
とや病気を防  
ぎます。



### かぜ よぼう 風邪を予防しよう

あさゆう  
朝夕はすっかりすずしくなり  
ました。けれど、昼間は、暑い  
こともあります。こんなとき  
かぜ  
風邪をひきやすくなります。  
てあら  
手洗い、うがい、咳が出るとき  
にはマスクをしましょう。ちよ  
っとした心がけが風邪の予防  
になります。

