

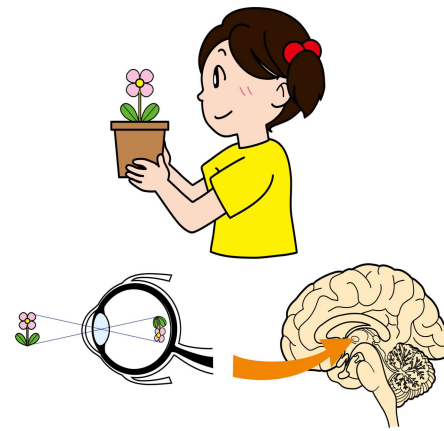
# まほけんだより 10月

2024年  
北井上中学校  
保健室

10月10日は「目の愛護デー」です。10を横にすると、眉と目のように見えることから、この日に制定されたそうです。みなさんは目のことについてどれくらい知っていますか？

## ■目は脳の一部■

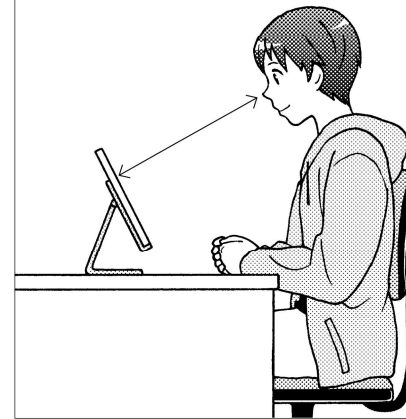
人間は目だけで「見る」ことはできません。目が感知するのは「光」でしかなく、その光の様々な情報を脳で画像処理して、はじめて「見た」ということになります。視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚の5つの感覚の中で、人間は主に視覚から情報を得ています。その割合はなんと約80~90%にもおよびます。



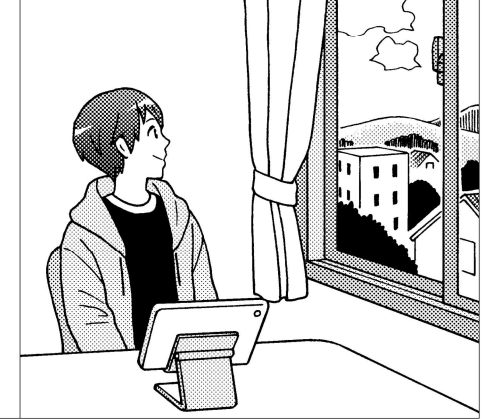
10月10日  
目の愛護デー

近視を防ぐためのタブレット使用時の注意点

画面から30cm以上目を離して見る





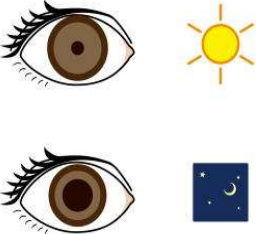
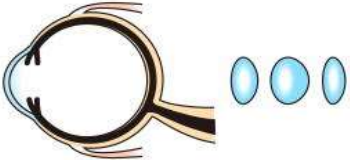
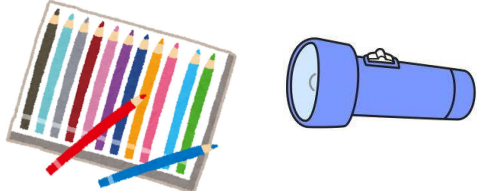
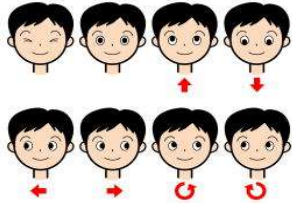

20分に1回は20秒以上遠くを見る



©少年写真新聞社2024

## 目の知識〇×クイズ

答えは保健室前に掲示してあります。

<p>1 眉毛は、顔立ちをはっきりさせるためにある。</p> 	<p>2 まつ毛の数は、上まぶたも下まぶたも同じ。</p> 	<p>3 瞳孔は、明るいところで大きくなり、暗いところで小さくなる。</p> 	<p>4 近くのものを見ると、水晶体は薄くなる。</p> 
<p>5 網膜上では、モノが逆さまに映し出される。</p> 	<p>6 光と色は、それぞれ別の細胞が認識している。</p> 	<p>7 目玉が上下左右に動かせるのは、眼球が筋肉でできているから。</p> 	<p>8 肉食動物より草食動物の方が視野が広い。</p> 

出典：「健」