

10月10日は、目の愛護デー！



「10」を2つ横にすると、
眉と目に見えることが由来と
されています。

ぜひこの機会に、目を大切に
できているか、
考えてみましょう！

タブレットパソコンを
使用する際のポイント



- ・ 姿勢をよくして、目を画面から30cm以上離す。
- ・ 30分に1回は、画面から目を離して20秒以上遠くを見る。
- ・ 寝る1時間前からは画面を見ない。

「目を大切にするポイント」を学ぶ、アニメのご案内

アニメ動画監修：東海大学 情報理工学部 情報メディア学科 柴田 隆史 教授

無償アニメ動画 第1弾

「姿勢をよくして画面から目を離そう！」



>><https://x.gd/V41KR>



無償アニメ動画 第2弾

「画面を見る時間を気にして目を休めよう！」



>><https://x.gd/hS7FJ>



「事例で学ぶNetモラル」有償版には、
さらに多くの事例を収録！
お気軽にお問合せ下さい。



広教

広島県教科用図書販売株式会社
ITソリューション事業部
〒733-0032 広島県広島市西区東観音町15-12
TEL 082-291-1088 FAX 082-291-1082
URL <https://www.hirokyo.co.jp/netmoral/>