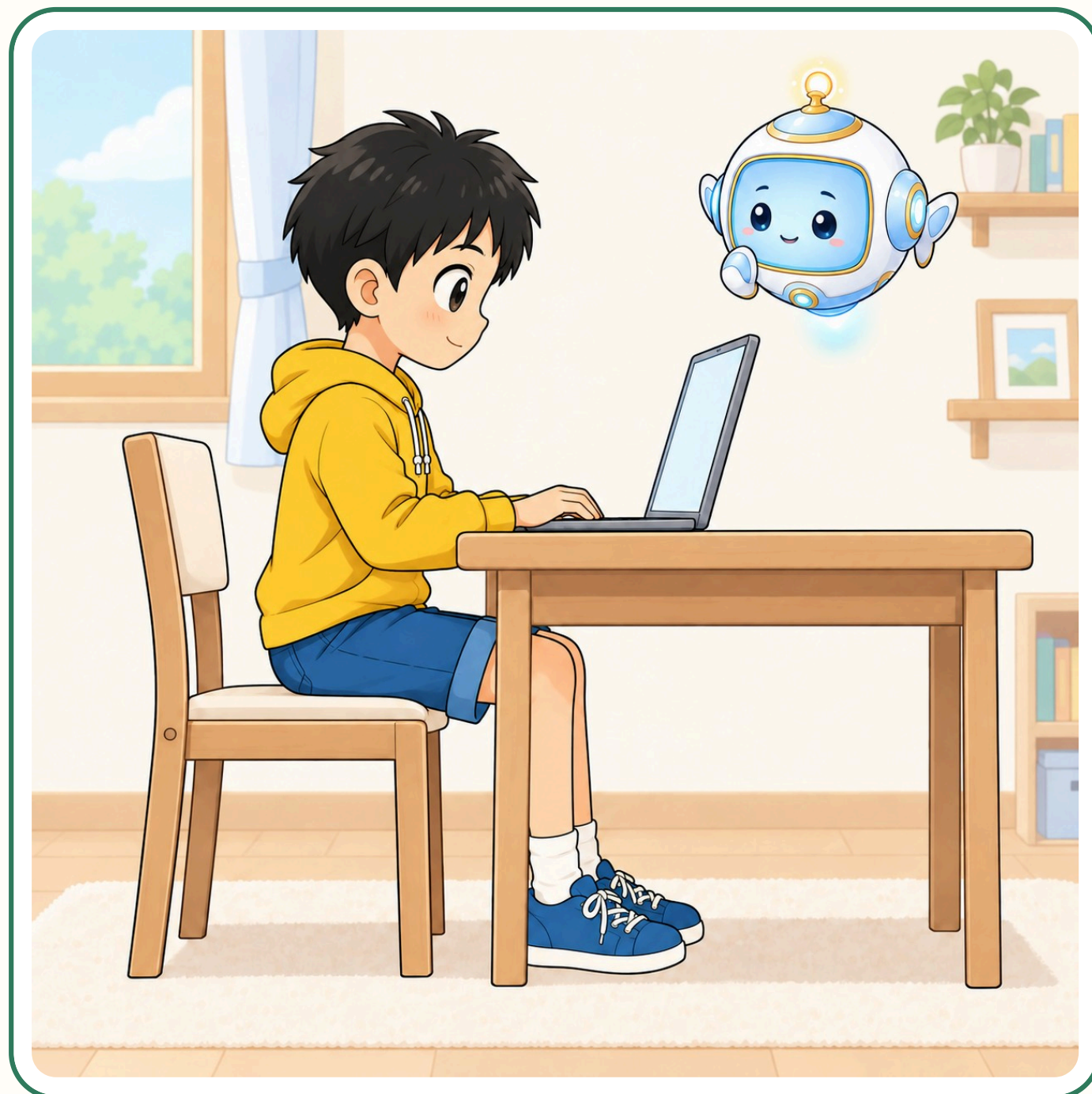


画面から目をまもろう



- 1 画面から 30センチ はなす
- 2 30分ごとに 遠くを見る
- 3 せすじを のばす

目は一生使う たからもの。