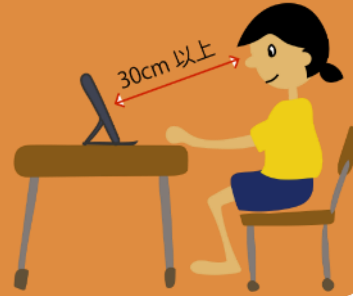


あいぱど つか まも
～iPadを使うときに、守ってほしいこと～

けんこう 健康のために



めをやすめる



がめんから
なるべく
はなれよう

めがかわかな
いように



ときどき、
まばたきを
しよう

めをやすめる



ときどき、
いちばん
とおくの
かべをみよう

みやすく



みにくいときは
がめんの
あかるさを
かえよう

ぐっすり ねる



ねるまえは
つかわない
ようにしよう