

令和2年10月10日

今日のシライ中

10月10日は 目の愛護デー

まゆげ

・目と目から流れ落ちてきた涙が目に入らないようにする役割をしている。
・目元に影を落として、美しいまぶたを影に入らないようしている。

まつげ

目とまぶたが入るのを防ぐ、視線がぼやけたりも避け、美を演出する役割がある。また、目やんの入り込みを防いでいる。

まぶた

・角膜から目を保護し、目をうるおす役割で、涙を分泌する。
・目に光が入らないように、まぶたの裏側の涙腺から涙を分泌する。

ひとみ(瞳孔)

・虹彩(虹色の膜)の下にあり、光の量を調節する。

なみだ

・目は乾燥しやすいので、涙で潤わなくては、目を傷める。
・涙に入っている酵素が、目を守っている。

3分間 目の体操

目が疲れたら
3分間、つら
やってみよう!



1 前を見る



2 目を強く閉じる



3 左を見る



4 右を見る



5 目をぱっと開く



6 上を見る



7 下を見る

ス〜キ〜!

図書館 掲示物