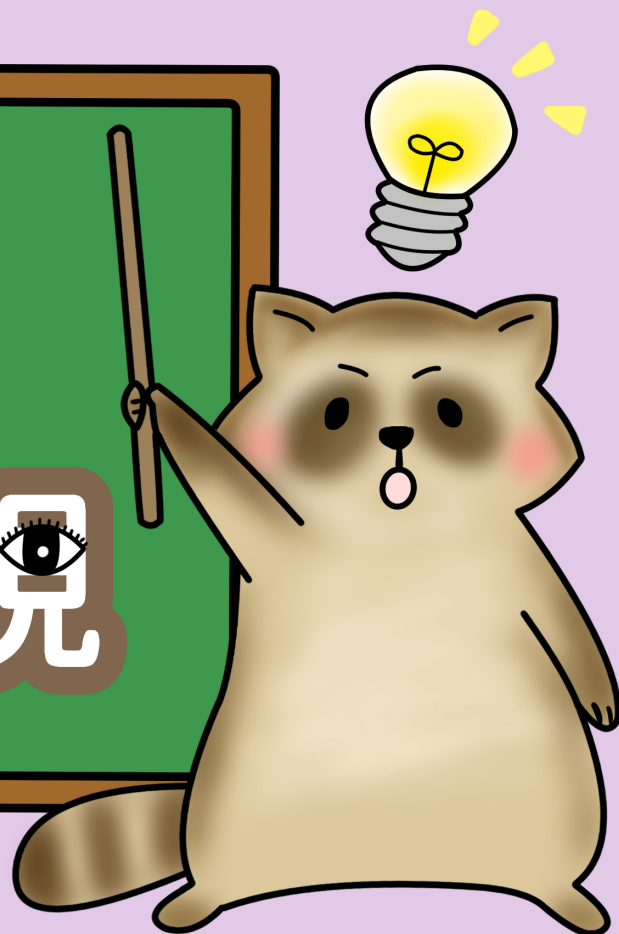


# 護眼3招

## 預防近視

值日生：1.2號



# 1

未滿2歲避免看螢幕，  
2歲以上每日勿超過1小時。



# 2

每日戶外活動2~3小時，  
用眼30分鐘休息10分鐘。

# 3

每年定期檢查視力  
1~2次。

0.1	E	Ш		
0.2	Э	Ш	E	М
0.3	Э	E	М	Ш
0.4	Ш	М	E	Э
0.5	E	Э	Ш	E
0.6	Э	Ш	Э	М
0.7	Ш	E	М	E
0.8	М	E	Э	Ш
0.9	E	Э	Ш	E
1.0	Э	М	Э	E
1.2	E	М	Ш	E