## 打敗惡視力





## 幼兒3C使用六級款



飲 食 要 執行



天天五蔬果

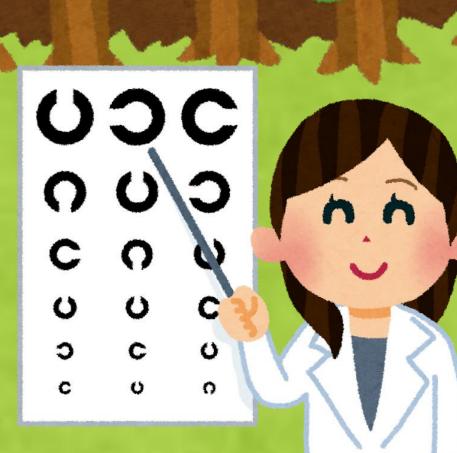
郊 活 要 充足



1天郊外2小時

檢 要 定 期

視



1年檢驗1次

250米以上燭光

離3C螢幕

30公分以上



用

眼

畴

間

要控控

制

休息 用眼 10分 304



用 30 要 規

笔

使



觀

看

環

境

要

注

意

距離電視

對角線2倍

2歲以下禁看 2歲以上1天不超

過||小時 引用來源

製作日期2021/07/18

衛生福利部國民健康署(2021・6月2日) · 居家防疫狂用眼 Eye眼動起來。 https://health99.hpa.gov.tw/n18574