

おすすめの本



タイトル:スマホとゲーム障害

—上手に使って病気を防ごう!—
(健康ハッピーシリーズ)

著者:内海裕美/監修

出版社:少年写真新聞社

内容:子どもたち自身が、スマホを安全に使いこなせるようにという願いが込められています。ただ咎めるのではなく、どう使えば良いのかを学べる本です。

タイトル:あぶない! 守ろう! だいじな目 1
身近なトラブル

著者:枝川宏/監修

出版社:汐文社

内容:知っておきたい様々な目のトラブルと対処法を、わかりやすくかみ砕いて紹介しています。易しいだけでなく、専門的な知識もちりばめられています。2もあわせて、親子で一緒に読みたい本です。



かしこく スマホ タブレット を使おう

オンライン学習と子どもの健康

～保護者の方へ～



オンライン学習で欠かせないタブレット端末やパソコンですが、子どもたちの健康への影響も気になります。

そこで、“目の健康”についての本を中心に集めました。親子で取り組める予防・対策を紹介する本もあります。



展示資料一覧



目の健康



タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
1日1回!子どもの目がどんどんよくなるすごいゲーム	若桜木虔/著	青春出版社	2017	496.41
1日1回!大人と子どもの目がよくなるすごいクイズ	若桜木虔/著 北村良子/クイズ制作	青春出版社	2019	496.41
あなたのこども、そのままだと近視になります。-こどもを近視からまもろう!-(ディスカヴァー携書 178)	坪田一男/[著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2017	496.42
あぶない!守ろう!だいじな目 1 身近なトラブル	枝川宏/監修	汐文社	2015	49
あぶない!守ろう!だいじな目 2 守るために知っておこう	枝川宏/監修	汐文社	2015	49
おとなの病気は、ぼくらが予防!未来の健康防衛隊-病気と予防がイラストでわかる-	吉澤穰治/監修 都あきこ/イラスト	保育社	2018	49
からだと心(学校では教えてくれない大切なこと 18)	松本麻希/マンガ・イラスト	旺文社	2017	49
スマホとゲーム障害-上手に使うって病気を防ごう!-(健康ハッピーシリーズ)	内海裕美/監修	少年写真新聞社	2020	49
なぜからはじまる体の科学-脳と体にワクドキッワ-「見る」編	挾間章博/著	保育社	2020	Y 49
メガネと視力のひみつ(学研まんがでよくわかるシリーズ 159)	ひろゆうこ/まんが	学研プラスコンテンツプロデューサー部学びソリューション事業室	2019	49
めのはなし	堀内誠一/さく	福音館書店	2019	E 41
子どもがかかりやすい病気とけがの大事典-「予防」の大切さから、かかったときの「対処」まで-	秋山千枝子/監修	くもん出版	2018	49
子どもの目が危ない-「超近視時代」に視力をどう守るか-(NHK出版新書 657)	大石寛人/著 NHKスペシャル取材班/著	NHK出版	2021	496.42
子どもの目の病気事典-子どもの目が「おかしいな」と感じたら読む-	星合繁/著	幻冬舎メディアコンサルティング	2020	496
子どもの目を良くする親、悪くする親-目で将来苦勞させないために知っておくべきこと-	平松類/共著 蒲山順吉/共著	時事通信出版局	2019	496.4
目のしくみ大研究-なぜ見える?トラブルを防ぐには?-(楽しい調べ学習シリーズ)	根木昭/監修	PHP研究所	2014	49

正しい姿勢



タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
大人になってこまらないマンガで身につく正しい姿勢で元気な体	野井真吾/監修 大野直人/マンガ・イラスト	金の星社	2019	49
リモート生活でレクリエーション! 3 体操・ストレッチ&室内遊び	鉄矢悦朗/監修 森山進一郎/監修	教育画劇	2021	79