

題目：日記一則

十月一日 星期四 晴

因為我上課時看不清黑板上的字，今天，爸爸媽媽帶我到眼鏡店配眼鏡。

眼鏡店裏很明亮，那裏放滿了各式各樣的眼鏡，五顏六色的，看得我眼花繚亂。媽媽向視光師說明來意，視光師便帶我進了一間昏暗的房間驗眼，我頓時緊張得手心直冒汗。視光師叫我坐在一張可以升降的椅子上。他在調節高低的時候，我感覺好像在玩機動遊戲似的，挺好玩。然後，他給我戴上一副又奇怪又醜的眼鏡。他告訴我，這是模仿眼鏡。他叫我讀牆上的英文字母，我看不清，大部分都讀錯了。走出房間，視光師告訴我爸媽，我左眼一百五十度近視，需要配戴眼鏡。我難過極了，但一定要面對現實。

接着，要選鏡框。我左挑右選，終於找到一副紫紅色的，感覺非常適合我。最後，視光師向我講解正確的用眼方法：用眼二十分鐘後要遠望二十呎以外的東西，持續二十秒。

我非常後悔沒有保護好眼睛，今後一定要按視光師教的方法，防止近視進一步加深。