

# ほけんだより 10月



2023(R5)年 10月 2日  
御殿山あゆみ保育園  
看護師 奥野ゆきえ

食欲の秋・運動の秋・芸術の秋、爽やかで過ごしやすい季節になりました。  
そして、10日は『目の愛護デー』です。乳幼児期は、目が最も育つ時期で、治療による視力矯正は就学前までにすることが最も効果があるとされています。この機会に、子どもの『目』の健康を改めて見直してみましよう。

## 【目からの情報は8割以上】

\*視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚の5つの感覚の中で、人間は主に視覚から80%~90%の情報を得ています。



## 【広い空間で全身運動を…】

\*『見る力』には、目だけではなく、脳の発達も必要です。止まっているもの動いているもの・小さいもの大きいもの・遠くにあるもの近くにあるものなど、いろいろなものを見る体験が目の良い刺激になります。テレビやパソコンでは、『見る力』は育ちません。

## 【目の健康チェック】

\*目の異常を見逃さないためには、日々の観察が大切です。下記でチェックし、一つでも当てはまる場合は、早めに眼科を受診しましょう。チェックは、お子さんの機嫌の良い時に行ってください。

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 目が白く見えたり、黄緑に光って見えることがある。               | <input type="checkbox"/> 暗い所で行動が鈍る様子がある。            |
| <input type="checkbox"/> 目が揺れることがある。                            | <input type="checkbox"/> 頭を傾けたり、横目づかいで物を見ることがある。    |
| <input type="checkbox"/> フラッシュをたいて正面の顔写真を撮ると、光の反射が瞳の真ん中からずれている。 | <input type="checkbox"/> 本など近くの物を見る時、目が内側によることがある。  |
| <input type="checkbox"/> 片目にそっと手をかざして隠すと、片方だけ嫌がって顔をそむける。        | <input type="checkbox"/> 目を細めて物を見たりする。              |
| <input type="checkbox"/> テレビや本を極端に近づいてみる。                       | <input type="checkbox"/> 視線が合わず、どこを見ているかわからないことがある。 |
| <input type="checkbox"/> 片目をつぶったり、眩しがったりすることがある。                |   |

【目の成長】※子どもの目は、毎日発達していて、視力機能は6歳頃にはほぼ完成すると言われています。



## 《内科健診のお知らせ》

10月17日(火) 14:30~  
稲角博康先生(イナズミ小児科)  
対象:全クラス

※お休みしないようご協力下さい。  
※ご質問のある方は、『質問用紙』にご記入の上、16日までに担任に提出して下さい。

## 《保健からのお願い》

先月(9月)、当園で『咽頭結膜熱(プール熱)』が大流行し、特に1歳児クラスでは、ほとんどのお子さんが罹患しました。園としては、職員の石鹸での手洗いやおもちゃ等の消毒・換気などに努めてきましたが、感染拡大を防ぐことができず集団感染となってしまいました。全国的に、コロナやインフルエンザが流行しています。感染拡大を防ぐためにも、お子さんの体調が完全に回復してからの登園と、兄弟姉妹が罹患された際は、ご自宅でお過ごしいただきますようご協力をお願い致します。