



ほけんだより



明照保育園
たんぼぼルーム
令和元年10月1日発行

9月は、0歳児・1歳児組でRSウイルスに罹患するお子さんが増えました。横手市では、10月以降も流行が予測されます。季節の変わりめで体調を崩しやすいときでもあります。手洗い・うがいなどをしっかり行い家族みんなで予防しましょう。

10月10日は 目の愛護デー



生まれたばかりの時0.01ぐらいだった視力は、生後6週頃からぐんぐんと発達し2歳で0.5~0.6。5歳で1.0以上になり8~10歳くらいで完全に止まります。いちばん視力が伸びる乳幼児期ですが、子どもは自分の目に異常があっても、なかなか自覚できません。大人が子どもの目に気を配り守っていきましょう。



こんな見方は危険信号！

- テレビや絵本に近づいて見る
- 明るい戸外でまぶしがる
- 目を細めてみる
- 上目遣いにもものを見る
- 目つきが悪い、目が寄っている
- 見るときに首を曲げたり、頭を傾けたりする

3歳児健診（3歳6か月を過ぎた）で視力検査

生まれて初めて視力を測る機会である3歳児健診。家庭に送られてくる一次検査は2.5m離れた位置から左右の視力が0.5あるかどうかを調べます。「弱視」の子どもは50人に1人の割合で見られるそうです。弱視の治療で大切なことは、早く発見して早く治療を開始することです。うちの子は大丈夫と思っても、忙しくて面倒がらずにぜひ健診を受けて下さい。自宅での視力検査が上手にできなかったときには、健診の時にその旨を申告し再検査を希望していただくことをお勧めします。

「見る力」を育てるポイント

- ①明るさ、暗さのメリハリある生活
日中は日光を浴び、夜は暗くして眠る。
- ②広い空間で体と目を動かす機会をもつ
全身運動は眼球、視神経、脳の発達を促す。
- ③いろいろなものを見る体験をする
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、目に良い刺激になる。
- ④テレビやゲームは、時間を決めて！
テレビは正面から見る。いつも横目で見てみると、視力に左右差が出ることもあります。また、携帯ゲームなど狭い範囲の平面画面を見続けることは、目の負担になるので、乳幼児は避ける。

お知らせ 市立横手病院小児科医による 内科検診

10月24日(木) 14時~

医師に聞きたいことなどありましたら、担任・看護師にお声かけ下さい。また当日は、お休みのないようご協力をお願いします。



手洗い教室 を行いました！

9/17ひまわり組とさくら組の子どもたちに手洗い教室を行いました。手にでんぶんのりをつけ乾燥後しっかり水洗いし、魔法の薬（イソジン液）をかけると…？ 洗い残しがヨードでんぶん反応で紫色に。興味津々で真剣にお話を聞いてくれました。「あわあわ手洗いのうた」でしっかり正しい手洗いの仕方覚えてくれました。もも組の子どもたちには一足早く9/6に行いました。その様子はホームページをご覧ください。



9月に発症した疾患

- 手足口病
- RSウイルス
- 喉頭炎
- ヘルパンギーナ
- ヒトメタニューモウイルス
- 結膜炎