

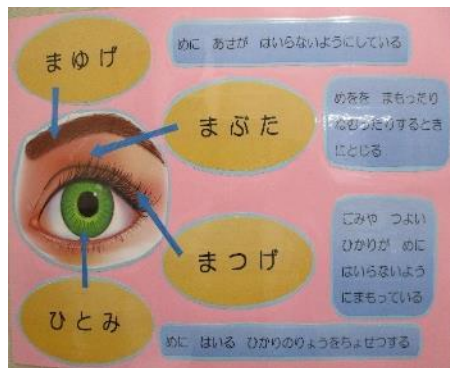


保健目標

目を大切にしましょう



目のはたらき



幼児組を対象に、「目のはたらき」についてのお話をします。上記の写真は、その時に使用する教材の一部です。子ども達には、目は大切な器官であることを伝えています。

- ・汚れた手で触らない
 - ・目を強くこすらない
 - ・正しい姿勢過ごそう
 - ・テレビやタブレット等は長時間見ない
- この機会に、ご家庭で目についてのお話をしてみましょう。

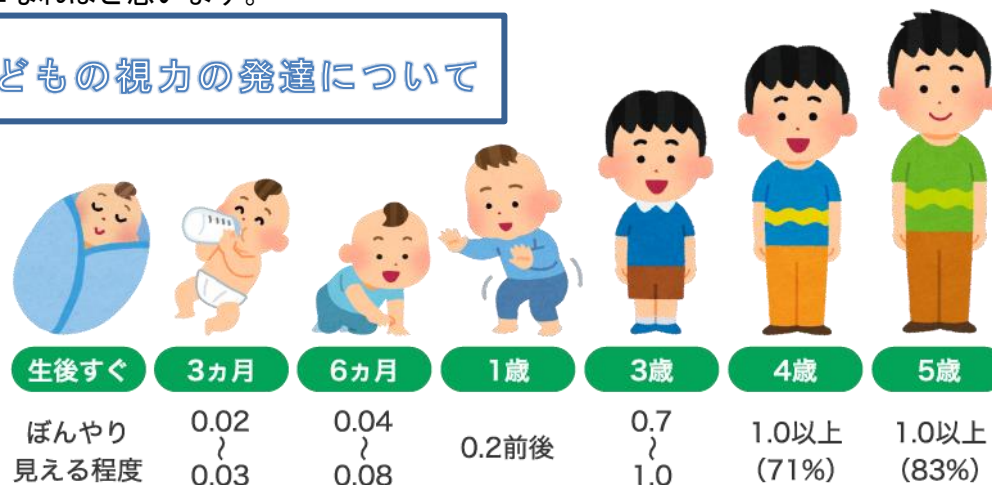


ほけんだより

第416号 令和4年10月1日 光明第五保育園

日中の日差しもやわらぎ、園庭で遊んだり、散歩したりと子ども達の外の活動も増え、過ごしやすい季節になりました。10月10日は目の愛護デーという目の健康を守るために制定された記念日です。視覚が発達時期にある乳幼児では、ものを絶えず見ることが非常に重要です。このお便りで、お子様の目の健康について考える機会になればと思います。

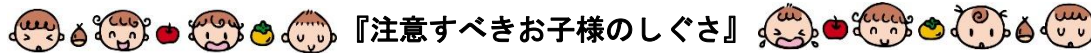
子どもの視力の発達について



3歳児健診について



3歳児健診の視力検査は「斜視」や「弱視」などの目の病気がないかどうかを調べるのが目的です。「斜視」とはものをみる時に両目が同じところを向かず、片方の目が違うところを向いている状態です。「弱視」は眼鏡をかけても1.0に満たない状態をいいます。「斜視」「弱視」の治療で大切なことは、早く発見して早く治療を始めることです。また、下記に心あたりがある場合は3歳児健診を待たずに眼科を受診しましょう。

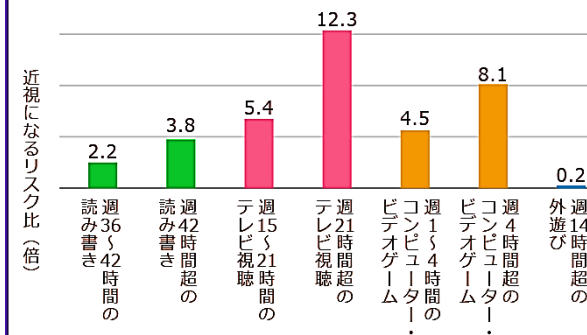


- 『注意すべきお子様のしぐさ』
- ひとみが白く見える、光って見える
 - ひとみの大きさ、形がおかしい
 - ひとみがゆれる、めやに、涙が出る
 - ひとみの位置がおかしい、ずれる
 - まぶしが、顔を傾けて見る
 - 片目をかくすと嫌がる
 - 片目をつむる、目を細めて見る
 - TVを近くで見たり、顔を横にする
 - まばたきが多い

子どもの近視について

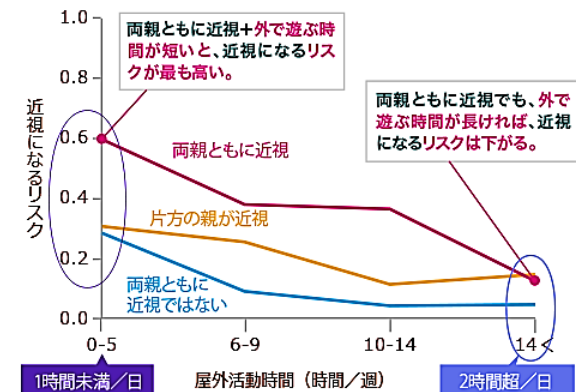
最近、近視の子どもが増えています。近視の原因は大きく2つ考えられます。それは遺伝と環境です。両親いずれも近視でない子どもに比べて、両親とも近視の子どもは近視になるリスクが高くなります。また、性別、年齢、人種、両親の近視、屋外活動といった項目を調べた結果、「近業」というものが近視の発症に大きく関係があるとわかっています。近業は子どもの生活行動でよく見られる、テレビやゲームを近くで見る、携帯やパソコン画面、本を近くで見て作業する生活行動のことを指します。

近くを見る作業は近視リスクを高める



外遊びで近視を予防する

両親ともに近視でも、外あそびでリスクは低下



データ: Jones LA et al. (2007)