ほけんだより 10月号

令和８年９月２９日
芳明こども園
看護師　　野村 健太
養護教諭　藤岡 莉子

残暑はまだまだ続きますが、朝晩の気温が下がり、少しずつ過ごしやすい季節になってきました。これからの時期は、インフルエンザや胃腸炎などの感染症の流行が始まります。お子様が発熱したり、いつもと違うなと感じたりした時は、早めの受診をお願い致します。

10月10日は「目の愛護デー」です！

１０月１０日は「目の愛護デー」です。新生児の目はぼんやりとしか見えませんが、５歳までには、多くの子どもが大人と同じ程度まで見えるようになります。



明るい、暗い程度しか認識できません。

立体的に見る力、動く物を見る力など、視覚が急速に発達します。

大人とほぼ同じくらいまで視覚が育ってきます。

ほとんどの子どもが、大人と同じ視覚を身につけます。

現代では、成長するにつれてスマートフォンやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。しかし、乳幼児のテレビの長時間視聴が、言語の発達や社会性の遅れにつながることが報告されています。日本小児科学会から出されている、「テレビの視聴における６つのアドバイス」を参考に、お子様の目の健康を守りましょう。

6つのアドバイス

1. **２歳以下の子どもには、長時間見せない！**
   内容・見方に限らず、長時間視聴は言語発達が遅れる危険性が高まる。
2. **つけっぱなしはNG！ 見たら消す！**
3. **乳幼児に一人で見せない！**
   大人がいっしょに歌ったり、子どもの問いかけに応えたりすることが大切。
4. **授乳中、食事中は消す！**
5. **乳幼児にも、つきあい方を教える。**
   見終わったら消すこと。連続して見続けないこと。
6. **子ども部屋に置かない。**

