

令和6年10月4日

認定こども園 桜保育園

自然に目を向けると秋の虫の鳴き声やすすきがたくさん目立ってきましたね。さわやかな涼し い風が吹き、収穫、スポーツ、食欲の秋がやってきました。

今年は9月まで残暑が続き、これから夏の疲れが出てくる時期なので三食食べて、十分な睡眠 をとり、免疫力を高めていきましょう。

10月10日は「目の愛護デー」です!





(10 を横にすると、まゆ毛と目に見えるので)

小さな子どもは「見る力」(視覚)も育ち盛り

赤ちゃんの目は生後すぐにはぼんやりとしか見えていませんが、1 歳までに急速に「見る力」が発達 します。3歳までに視力1.0まで見えるようになります。その後も「見る力」は緩やかに発達し6歳頃には 大人と同程度になります。











視力 0.8~1.0



明るい、暗い程度 しかわかりません。

動くものや立体的に 見る力等視覚が急速 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。

正しいケアで目 60 を守りましょう!



前髪はスッキリと!



目やにはそっと、外側に向かって拭く。



目やにが多い時は病院へ!

タブレットなどの動画を長時間見せていませんか?

成長するにつれてスマホやタブレット、テレビなどの視聴時間も長くなりがちです。無制限にすると子どもの 発達に悪影響を与えることが分かってきました。遠視や近視の他に言語の発達や社会性の遅れにつながる ことを日本小児科学会が報告し、うまくつきあう為の6つのアドバイスを出しています。

~6つのアドバイス~

言語の発達が遅れる原因に!

- ■2 歳以下の子どもには長時間見せない!
- ●つけっぱなしはNG!見たら消す!
- ●乳幼児にひとりで見せない!
- ●授乳中、食事中は消す!
- ■乳幼児にも正しいテレビとのつきあい方を教える!
- ●子ども部屋に置かない!

色々なものを見せましょう!

遠近のものを見ることが視力を育てます。 「あの木のてっぺんを見てごらん」など声をかけましょう。



家族でルールを決めましょう!

大人がまず見本となり、スマホやテレビを見る 時間を決めましょう。





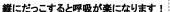


咳で眠れない時は・・・・。○○



部屋を

加湿して





ゆっくり休ませて

咳が続くと体力が弱ります。 呼吸が楽になるようにケアを してあげましょう!!

大人は熱がなければ大丈夫と 思いがちですが、子どもは咳でも 体力を奪われます。

早寝した方が早く回復するので ゆっくり過ごさせてあげましょう。

目安を守って、元気に登園しよう

熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では 元気でも、園で長時間過ごすまでには回復していない ことはよくあります。そんな時期に無理をするとぶり 返してかえって長引くおそれがあるので、登園再開の 目安を守って、しっかり回復する時間をとって下さい。

インフルエンザなどの 感染症は、登園再開の目 安が決まっています。診 断を受けたら、園にご連 絡ください。

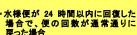


前の日に 37、5 度を超える熱が 出ていない ・解熱剤を使ってから24時間時間が

たっている

おう吐

- ・前日(24時間以内)にお う吐がない
- 食べたり飲んだりしても 吐かない



(必ず医師に症状を伝えて下さい)

≪どの症状も、通院し医師の登園可能と判断された場合≫