



ほけんだより

令和5年 9月21日 開南幼稚園 NO.3

10を横にすると、まゆ毛と目に見えることから、10月10日は『目の愛護デー』と呼ばれています。子どもの目を守るためにも、感染症やケガだけでなく子どもたちの環境を見直していきましょう。

テレビやスマートフォンなどの動画を長時間見せていませんか？

『乳幼児』がテレビなどを長時間視聴することが、言語の発達や社会性の遅れにつながるとされています。どのようにメディアと付き合いは良いのかを考えてみましょう。

[5つのポイント] ※家族でルールを決めてメディアと上手に付き合しましょう。

- ①長時間見せない！
- ②つけっぱなしはNG！見たら消しましょう！
- ③一人で見せない！（大人と一緒に見たり、子どもの問いかけに応えたりすることが大切）
- ④食事中は消す！
- ⑤子どもの部屋に置かない

《小さな子どもは『見る力』も育ち盛り》

3歳までに多くの子どもが大人と同じ程度（視力1.0）まで見えるようになります。子ども達は、目から情報を取り入れ、脳で処理することを毎日繰り返して育ちます。そして、いろいろな距離のものをみることで『見る力』を育てます。目の異常に気づいたら、早めに眼科で相談しましょう。

《知っておきたい目の病気》

○流行性角結膜炎（はやり目）○

ウイルスが結膜に感染し、炎症をおこします。目やにが増えたり、白目が充血したりするほか黒目に白い膜ができることがあります。感染力が強くうつりやすいので気をつけましょう。

○ものもらい（麦粒腫）○

まぶたに細菌が感染して、目の縁やまぶたが赤くはれます。目がゴロゴロしたり痛みが出たりしますが、子どもはうまく言えません。まぶたがはれているときや目をしきりに触るときは受診しましょう。

◆◆◆ 学校薬剤師 鈴木明美先生から ◆◆◆

目の病気も様々あり、お薬も病気により違いますので自己判断せず、受診をおすすめします。

また、目薬に使用期限が記されていますが、未開封の期限であり、開封後は一か月を目安に処分してください。

