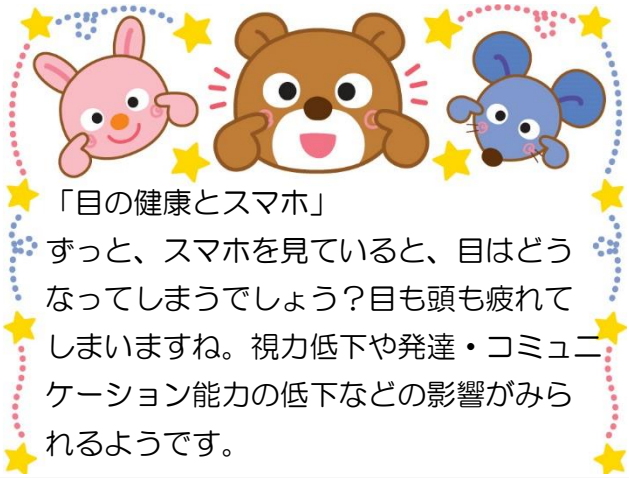
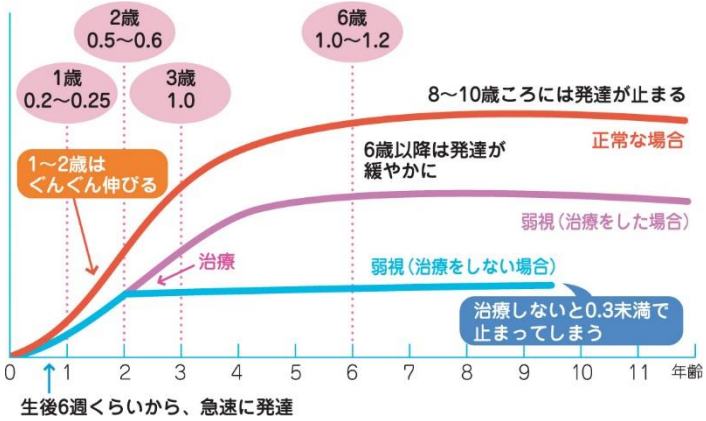
10月ほけんだより

令和２年９月２８日
はぎのこども園



「目の健康とスマホ」
ずっと、スマホを見ていると、目はどうなってしまうでしょう？目も頭も疲れてしまいますね。視力低下や発達・コミュニケーション能力の低下などの影響がみられるようです。



生まれたばかりのときは 0.01 くらいだった視力は、生後６週ころからぐんぐんと発達。
５歳で 1.0 以上になり、その後発達の程度は緩やかになり、８〜10 歳くらいで完全に止まります。
ですから、乳幼児期に、なんらかのトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後視力を伸ばすのはとても難しいのです。
日ごろから子どもの目の状態に注意を向け、おかしいと思ったら、早めに受診しましょう。

スマホより実体験で感じよう！

乳幼児期に

いろいろな食べ物を味わったり、

鳥や虫の鳴き声を聴いたり、

草花や料理の匂いを嗅いだり、

動物に触れたり、

植物や自然を観察したりする体験が、
五感を育むのに必要です。

お子さんのかかりつけ医と相談

新型コロナウイルス感染症の影響で、お子さんの受診を控える方が多いようです。
受入側の医療機関も発熱者は診れないというところがあると聞いたことがあります。ですが、受診が必要な時は、お子さんを診てもらいましょう。受診を迷うときはかかりつけの小児科医に相談してみましょう。
また、予防接種や乳児健診は、接種期間や受診期間が決められています。
受け忘れているものがないか、母子手帳を確認してみましょう。
「年長児さん」は、就学時健診が控えています。予防接種以外にもむし歯の治療がまだの方は歯科医院への受診も相談してみましょう。