



10月のほけんだより

残暑が厳しい9月でしたが、朝夕は徐々に秋の気配を感じられるようになってきました。これから、あゆみ保育園では秋の遠足・運動会・お芋掘りなど、楽しい行事が沢山待っています。外で沢山遊ぶことができる季節ですので、ご家庭でも外で体を動かし、体力をつけていきましょう！

<先月の感染症>

(8月20日～9月20日) >

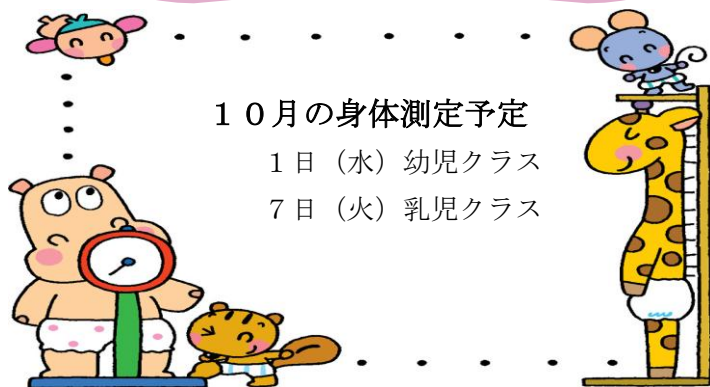
新型コロナウイルス 乳児1名 幼児1名

RSウイルス 乳児11名

突発性発疹 乳児1名

とびひ 乳児1名

*先月は「RSウイルス感染症」が乳児クラスで流行しました。



10月の身体測定予定

1日(水) 幼児クラス

7日(火) 乳児クラス

<お知らせ>

10月22日(水)は「秋の健康診断」です。14時から開始します。なるべくお休みしないよう、ご協力お願い致します。

おたよりを紙媒体で欲しい方は、事務所までお越しください。また、おたよりは園のホームページにも掲載しております。

10月10日は目の愛護デー

<目をたいせつに！>

「子どものIT眼症」を知っていますか？

3歳までの子どもの目の発達はめざましく、知的・身体的発達も同様に急速なものです。この時期、子どもが体を動かすことなく、一方的な情報しか与えないテレビや、激しい目の動き・異次元の世界観を強いるテレビゲームなどを、長時間見続ける状況は悪影響を及ぼします。

<IT眼症ってなに？>

ITとは「Information Technology:情報技術」という語句の略語で、さまざまな情報機器あるいはその技術を意味します。IT機器は、テレビ、テレビゲーム、携帯型ゲーム機、パソコン等です。そしてIT眼症とは、「IT機器を長時間あるいは不適切に使用することによって生じる目の病気、およびその状態が誘引となって発症する全身症状」をいいます。IT機器を使用しすぎることによって、「目が疲れる」「目が乾く」、「頭痛がする」などの眼症状を訴える人が増えています。そして、子どもにも同様の悪影響が出ています。

《大事なことは・・・？》

はじめから子どもには、IT機器を使用させないのいいと思いますが、やむをえず使用する時は、次の三つの50を必ず守りましょう。

- ① 連続使用は50分以内にする。
- ② 距離は必ず50cm以上離れて見る。
- ③ 50cmで楽に見える状態の機器を使用する。