



太陽の子保育園H16年10月

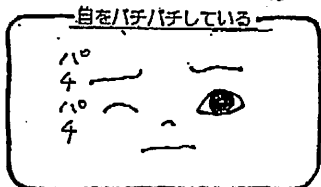
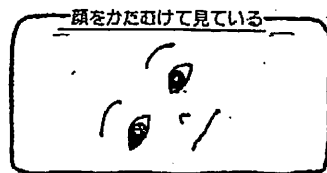
先日まで、暑い日が続いていたのに、気がつくやと秋風が吹き、朝晩は冷え込みを感じます。一日の気温差が大きくなるこの時期から、カゼやウィルス性の胃腸炎が増えてくるので、少しでも体調が悪いときは、早めに休息を取っていきましょう。

10月10日は「目の愛護デー」です

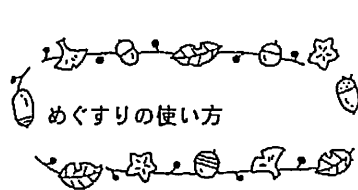
子どもの目は、日々発達しています。視力機能が完成して、視力が1.0位になるのは6才頃とされています。

子どもは、伝染性の目の病気に罹ったり、視力に異常が生じて、ほとんどの場合自分から、その症状を訴えることはありません。目は一生つきあっていく大切な器管です。子どもの目の異常は、周囲の大人が早めに見つけてあげることが大切です。

こんな様子はありませんか



※思い当たることがある時は、早めに眼科を受診しましょう



- ・医師に処方されたより多く何回も点眼しないこと。
- ・悪い目だけに付け、良い目には付けない。
- ・両目の時は、めやにの少ないほうから付ける。

る。目頭に一滴落とし、目をパチパチさせる。

- ・良くなったと勝手に中止せず、必ず医師の指示を受けること。
- ・前にもらった薬は、残っていても付けない。

視力の発達の目安

新生児	……明暗がぼんやりわかる
生後1ヵ月	…目の前の手の動きが分かる
3ヵ月	…0.01~0.02
6ヵ月	…0.04~0.08
1才	…0.2~0.25
2才	…0.5~0.6
3才	…0.7~1.0(1.0以上67%)
4才	…1.0(1.0以上71%)
5才	…1.0(1.0以上83%)

目の働き

1. 視力：物の形や大きさ、動きを認識
  2. 視野：目を動かさず見る範囲
  3. 色覚：色を感じる
  4. 光覚：光の強弱を区別する
  5. 両眼視：両目で立体的に物を見る
- 目は、この5つの働きがあります。この働きは、だいたい6才くらいまでに完成すると言われています。

視力をのぼすために気をつけたいこと

- ・前髪は目にかからないように眉毛の上で切るようにしましょう。
- ・暗いところでの読書、長時間のテレビゲームは止めましょう。
- ・テレビを見るときは、2m以上離れて、正面から見ましょう。
- ・早寝早起きをしましょう。夜間は生体リズムで、涙の分泌が少なくなります。
- ・バランスのよい食事を心掛けましょう。ビタミンA、ビタミンB1、B2と言われています。
- ・遠くの景色を見るようにしましょう。



良くある目の病気

**結膜炎** 眼球の表面をおおっている結膜に、炎症が起こったものをまとめていいます。細菌性、ウィルス性、アレルギー性に分けられます。

いずれの場合も症状は、目やに、充血、顔の腫れ、目のかゆみです。ウィルス性の「流行性角結膜炎」は、感染力が強いので、治って登園する場合に「登園許可書」をお願いしています。

**ものもらい** まつげの根元の汗腺や皮脂腺に、細菌が感染し化膿したものです。腫れて痛みますが、やぶれてウミが出ると治りますが、ひどい時は、眼科を受診しましょう。爪を切り、まめに手を洗って、目をむやみにいじらないようにしましょう。

