



# 保健のページ

10月10日は「目の愛護デー」です。

10.10を横向きにすると、人の眉毛と目に見えることから制定されているようです。

生まれたばかりの赤ちゃんの視力は、明暗がわかる程度とされています。生後6か月を過ぎると、だんだんとモノが見えるようになってきます。毎日「見る」ことを経験し、6歳頃までに視力が完成していきます。

## 【こんな様子はないかな？】

- 目を細めて見る
- 片目をつむって見る
- 横目で見る
- 頭を傾けながら見る



- テレビを近くでみたがる
- よく躓く



- よく目をこする
- 目をパチパチさせる
- 視線が内側・外側や上・下にずれる
- 涙がよく出る
- よくまぶしがる

★上記の内容で気になる点がありましたら、視力の問題が影響している可能性がありますので、眼科へご相談ください。

## 【衣替えの時期になりました】

衣替えの歴史は古く、平安時代までさかのぼります。旧暦の4月1日と10月1日にそれぞれ夏服と冬服に替えていたようです。そこから、だんだんと服の種類も多くなり、江戸時代には年4回も衣替えの日が設定されたそうです。

園では、これからの時期は重ね着をすることで気温の変化に対応していきます。

日中は暑くても、夕方になると肌寒い日もありますので、衣服調整で過ごしやすくしていきましょう。

タンズやリュックの中には、半そで・長そで、両方のご準備をお願いします。

また、この機会に、サイズがあっているか、名前が書かれているかのご確認も一緒にお願いします。



看護師より

