

ほけんだより

令和4年10月
青梅みどり第一保育園

新型コロナウイルスによる感染が少し落ち着いてきているようですね。色々なことが制限されている中、運動会に向けて一生懸命取り組む子どもたちの姿に救われる思いです。みんなで一緒に、今できることをできる範囲で計画し、たくさん楽しみましょう。



ちゃんと見えているかな？

視力の発達にはタイムリミットが

赤ちゃんや就学前の子どもは、0.2程度の視力があれば、不便なく日常生活を送れるため、多くの保護者は子どもの視力不良や、片目の視力だけが弱いことに気づきにくいといわれています。しかし、視力が発達するのは6～8歳まで。その年齢まで見えにくい状態を放置しておく、眼鏡をかけても視力が出ない「弱視」になってしまいます。気になることがあれば3歳児健診を待たずに受診して、早期発見・早期治療をすることがとても重要です。

▶ 当てはまるものがあれば受診して！ ▶

<input type="checkbox"/> 物を見るとき、左右どちらかに頭を傾げる、顔を回す、あごを上げる（下げる）	
<input type="checkbox"/> 片方の目（視線）が内側に寄っている	<input type="checkbox"/> 片方の目（視線）が外側に向いている
<input type="checkbox"/> 目を細めて見る	<input type="checkbox"/> 極端に近づいて見ようとする
<input type="checkbox"/> 上目づかい（下目づかい）で物を見る	<input type="checkbox"/> まぶたの形（大きさ）に左右差がある
<input type="checkbox"/> 屋外で異常にまぶしがる・いやがる	<input type="checkbox"/> 瞳の中央（奥の方）が白く光る

感染性のある目の病気

目の症状が気になったら、こんな病気かも！？
どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いので注意が必要。早めに受診しましょう。

プール熱（咽頭結膜熱）

- 症状**
- 発熱（38℃以上）
 - のどの痛み
 - 目の充血
 - 目やに、涙
 - ※熱は3～5日続く

流行性角結膜炎

- 症状**
- 目の充血
 - 目やに
 - まぶたのはれ
 - ※ひどくなると発熱や下痢を伴うことも

- ケア**
- 対症療法が中心。のどごしがよい食事にする
 - 水分補給をすすめる

共通のケア

- 処方された目薬などを使う
- タオルなどの共有をしない
- 汚れた手で目をこすらない。よく手を洗う



ひまわり組のお子さんの視力測定を行います

【方法】

保育園の視力測定には森実式ドットカードを使っています。カードにはウサギの顔が描いてあり、それぞれ大きさの違う目が描かれています。（カードにはこの絵の目が見えればこの視力値と示されています）どこまで小さい目が見えるかで視力を測ります。また、検査に慣れていないと正確な測定ができないため、片方ずつ計4回検査をしています。

*カードには目の大きさによって1.0、0.8、0.6、0.4、0.2、0.1、0.05の視力値が示された7枚と目のないウサギのカードが1枚あります。

【結果】

「ウサギの目がない」と判断された時のカード（視力値）が見えていないこととなります。簡易的な検査ですのでご心配な時は眼科を受診してください。

