

ほけんだより

北海道教育大学附属函館幼稚園 2022年度 No.8

10月
ほけんもくひょう
目を大切にしよう

晴天の中でがんばった運動会が終わりましたが、子どもたちは外遊びが大好きですね。秋を感じながら、空や木々、虫をみつけては「せんせーい！」と大発見を教えてください。

朝晩の気温差も大きくなり、長袖への衣替えも少しずつ進んでいます。服装からも秋を感じますね。

スポーツの秋。お天気のいい日も多く、外で体を動かすにはいい季節です。

子ども達の何気ない動きを運動機能視点で見ると…

例えば、なわとびが大好きな年長さんでは、これまでのケンケンやスキップといった動きの習得からジャンプやバランス、手と足を一緒に動かすといった総合的な運動としてのなわとびに夢中になっていく、というように遊びの中で獲得した運動機能をどんどんレベルアップしているんですね。

ヒトメタニューモウイルス感染症

2001年に発見された新しいウイルスで、症状はRSウイルスと似ています。1~3歳の乳児に多く、大人も感染します。繰り返しかかる度に免疫が獲得されるので、大人では症状が軽くなります。

症状は、「発熱38~39℃」「咳」「鼻水」時にはゼイゼイを伴い呼吸が苦しく肺炎になることもあります。

全国的に徐々に報告数が増えているようです。感染力が強いため、幼稚園では、お医者さんの指示にもよりますが出席停止の対象になります。



運動機能

はいはいから二足歩行へ、そして走る、ジャンプする。子どもの運動発達にはある程度の順番があります。発達に応じた楽しい遊びが運動機能の向上の手助けになります。

6か月~1歳

おすわりからはいはい、つかまり立ち、そして伝い歩きへ。



1歳~1歳半

歩き始める。ものを持ったまま、立ち上れるようになる。

1歳半~2歳

またぐ、しゃがむ、小走りや小さいジャンプができるようになる。

2~3歳

走る、跳ぶ、ぶら下がる、階段を上る、三輪車を押すことができる。

5~6歳

つま先立ち、なわとび、鉄棒の前回り、跳び箱、ブランコの立ち乗りもできるように。

4~5歳

片足立ち(5秒)やスキップ、でんぐり返し、階段を下りることができるようになる。

3~4歳

片足立ち(2秒)やケンケンで前進、後ろ向き歩行、三輪車をこぐことができるように。



※発達の手順を示したもので、年齢はあくまでも目安です。

保健室の先生になるための実習をしていた2人の先生がすてきなプレゼントを残していってくれました。

手あらいの6つのポーズをいつでもみられるように手あらい場のところにはってくれました!

養護実習生(みやはらまゆか せんせい、ほうきともみせんせい)からのおくりもの



てあらいは、さいごの『きれいなたおるでふく』がたいせつでしたね!



10月10日は目の愛護デーです。「10」を横にするとまゆ毛と目に見えることから制定されました。愛護デーを機会に目をいたわる生活について見直してみましょ。具体的にはスマホやタブレットを長時間使わない事や近い距離、暗い場所での読書など大人の私たちも見直す機会にしたいですね。



小さな子どもは「見る力」も育ち盛り

赤ちゃんの目は、生後すぐはぼんやりとしか見えていませんが、その後、1歳までの時期には急速に「見る力」が発達します。ゆるやかに発達しながら6歳くらいまでの間に視力1.0まで見えるようになります。

生まれてすぐ

視力 0.01



明るい、暗い程度しか認識できません。

1歳

視力 0.2



立体的に見る力、動くものを見る力など、視覚が急速に発達します。

3歳

視力 0.8~1.0



大人とほぼ同じくらいまで視覚が育ってきます。

5歳

視力 1.0



ほとんどの子どもが、大人と同じ視覚を身につけます。

早く治療するほど回復しやすい！

こんなサインに注意



頭を傾げる



目を細める



横目で見る



片目をつぶって見る



片方の目の焦点が合わない

見る力は、目から情報を取り入れ、脳で処理することを、毎日繰り返して育ちます。ところが、目に異常があると脳に情報が届かず、見る力が育ちません。早く治療を始めるほど回復しやすいため、見え方の異常に気づいたら、早めに眼科で相談しましょう。

正面から「見る様子」をチェックして

見え方のチェックにおすすめなのが、紙しばい。左右の目の焦点、ものを見る様子が詳しくわかります。



視力検査をおこないます！

今回の視力検査は、はな組さん全員とつき組さんの希望者を対象に実施します。ご希望があれば、どのクラスでも測定可能ですので、声をかけてください。

★10月12日(水)・13日(木)★