



朝夕涼しくなり秋の気配が感じられるようになりました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので栄養と睡眠をしっかりとって、手洗い、うがいも忘れずに、元気に過ごせるようにしましょう♪リフレッシュしたい時は、HAPPYへ遊びに来てください。安心して過ごせるように感染対策をしてお待ちしています。今月はハロウィンパーティーを予定しています。少しずつハロウィンの飾りつけもしていきたいと思いますので、お子さんと一緒に楽しんでくださいね♡

10月の予定

- ☆ 3日(月)4日(火)身体測定
- ☆ 21日(金)誕生会
- ☆ 28日(金)31日(月)制作遊び
- ☆ 31日(月)ハロウィンパーティー



その他は、自主交流・園庭開放を行っています。

10月10日は 目の愛護デー

というわけで。。。目のお話です♪

今の時代、スマホやタブレットは身近にありすぎて、子どもたちの生活にも身近なものでも、見せていいのかな?でも全く見せないなんて無理...悩みますよね。

スマホやタブレットなどでの動画やゲーム画面視聴は、テレビや本の見すぎと同様、子どもの目に負担をかけてしまいます。

生後まもない赤ちゃんは、まだぼんやりとしか見えていません。視力は1歳で0.2、2歳で0.4、3歳で0.8程度です。4~6歳ごろになり、やっと1.0前後に達します。また両目でものをとらえたり、距離感や立体感を正しくつかんだりする機能も、0~2歳の間に脳の発達とともに獲得していきます。

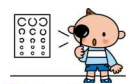
視力の発達途中の段階では、視力が悪くなることはありませんが、6歳未満のお子さんでも目の酷使を続ければ、通常視力が1.0に達するころには、近視という形がめがねが必要になる、ということです。

大切なのは、20分見せたら20分は別のことをさせるなど連続視聴を避けること。目と脳を休ませるルールを子どものころから決めておくことです。スマホやタブレットは、指操作があるため、PCやテレビよりも目と画面の距離が近くなりがちです。子どもの短いリーチでは画面を離すにも限界があります。やはり時間を短く区切らないことには、目への刺激は減らせないと思っておいたほうがよいでしょう。

(赤ちゃんとママ社発行 月刊Akachanと！)

増刊2022SUMMER VOL. 170 参照)

スマホやタブレットとも、無理なく上手に付き合っていきたいなと思います♪



ハロウィン制作

日にち 10月28日(金)31日(月)

時間 午前 10時~11時半

午後 13時~15時半

- ※午前・午後各2組ずつとなります。
- ※来所での予約をお願い致します。
- ※定員に達し次第、締め切りになります。
- ※制作時間は、10分から15分程度です。
- ※利用の時間内に個別で行います。



HAPPYひろばについて

- ☆開所日 月から金曜日(祝祭日は除きます)
- ☆利用時間 午前10時~12時 午後1時~4時
- ☆対象者 0歳~5歳児までのお子さんと保護者
- ☆時間内であれば、何時に来てても何時に帰ってもいいですよ。利用は、無料。
- ☆室内、園庭での親子遊び、自主交流・園庭開放 育児講座・育児相談などを行っています。
- ☆週1回程、子育て相談員も来所します。

★担当者のつぶやき★

今月もお子さんと一緒にたくさん遊んで、いっぱい笑って過ごしたいなと思っている担当です。笑うことで病気が回復に向かうという話がありますが、私が支援センターを利用していた時、ベビーマッサージの講座の中で「子どもたちとの触れ合い遊びで脇をちょちょちゅすることがありますが、脇にはリンパがあってそこを刺激することで子どもたちの免疫力アップにもつながり、脇ちょちょちゅは理にかなっているんです」と聞きました。それ以来、子どもの脇をちょちょちゅして「免疫力アップ!」と思っていました。子どもの健康を願わない親はいません。お子さんと遊ぶ中で、ふとした時に「脇ちょちょちゅ」を取り入れてみませんか?今月もお待ちしています。

