



ほけんだより

上庄ひいらぎ こども園 10月

10月10日は目の愛護デーです。

近年の研究で、「屋外で太陽光を1日2時間浴びる」ことが近視の予防に繋がるとしています。

台湾の「天天戶外120計画(屋外で毎日120分)」では太陽光の悪影響も考慮し木陰(1000ルクス)での活動により視力0.8以下の小学生の割合を下げることに成功したと発表しています。

「眼軸長」が伸びる(近視)とこれを改善することはできません。

お子さまの眼、大切にしてください。



乳幼児期は特に視力を獲得する大事な時期です。

視力はおおよそ、生下時0.01、1歳0.1、4~5歳1.0とされています。

赤ちゃんの眼の構造は大人に比べやや小さい以外、大人と同程度に完成しています。しかし、視力は就学期にかけて完成するとされています。

これは、脳の神経に視覚刺激が加わることで成長するためです。

近視の不利益

日常生活が不便になること以外、軽度の近視でも白内障、緑内障、網膜剥離など他の眼の病気になる危険性が高まります。

最近ではスマホの長時間使用による近視の増加とともにスマホ老眼、急性内斜視、スマホ指(ドケルバン病)全身のだるさ、不眠、うつ病などが危惧されています。



当園のコロナ禍での感染対策について

園児

通常健康チェック(体温・顔色・食欲・機嫌)に加え呼吸状態

石鹸およびアルコールによる手指消毒(外遊び・トイレ後、食事やおやつの前、その他)

保護者あるいは送迎者

送迎時の体温チェック(体調不良時の送迎はご遠慮をお願いします)

職員

健康チェック(勤務に関わらず毎日の体温その他症状の有無)書面提出

不織布のマスク着用(食事以外常時着用)

石鹸手洗いおよびアルコールによる手指消毒

(園児の排泄介助・食事介助時および通常の手洗い場面)

環境清掃その他

環境条件により、定期的なアルコール(72%以上)および次亜塩素酸ナトリウム、

あるいはベンザルコニウムによる拭きあげ

空調による24時間換気および定期的な2方向の窓開放

空気清浄除菌器の稼働および冬場の湿度調整

など、エアロゾル・接触感染対策を行っております



コロナ禍での様々な生活の規制でストレスの多い時期ですが、園内での感染防止のため保護者の皆さまのご理解とご協力を引き続きよろしくお願い致します