



# たんぽぽだより

令和元年10月号 No.51

砂川市病児・病後児保育施設

Tel 0125-54-2278

色づく木の葉に、地面に重なる落ち葉や木の実。季節はもうすっかり秋ですね。朝晩は冷え込むようになってきました。その日の天候や子どもの体調に合わせて、衣服を調節しましょう。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い病気への抵抗力が高まるので薄着の習慣をつけることも大切です。大人より1枚少なめを目安に薄手の衣服を重ねるなどして体温調節をしましょう。秋の自然や味覚に触れて、今月も元気に過ごしたいですね。



## 砂川市病児・病後児保育施設のようす



先月は、急性上気道炎、中耳炎、急性扁桃炎、などでの利用がありました。登録は随時受け付けています。本格的な風邪シーズンの前に登録を済ませましょう。

感染室の壁面



**利用状況**

7月	27人
8月	11人
9月	26人
(20日現在)	

## 目を大切に!



10月10日は「目の愛護デー」です。「10」を2つ並べて横にしたときに眉と目の形に見えることから名づけられたそうです。乳幼児期はもっとも目の機能が育つ時期です。前髪が目にかからないようにしたり、汚れた手で目をこすらないようにしたりして、目に優しい生活を心がけましょう。また、長時間テレビを見たりテレビゲームをしたりすると、目は酷使されます。時間を決めるなどして、控えるようにしましょう。



### 涙の役割

- 涙には、様々な役割があり、瞬きによって出てきます。
- ◎目の表面(角膜)の乾燥を防ぎ、傷の治りを早める
- ◎細菌やアレルギー物質を洗い流す
- ◎目の表面に酸素や栄養を運ぶ



## 視力の発達に重要な乳幼児期

生まれたばかりのときは0.01くらいだった視力は、生後6週ころからぐんぐんと発達。5歳で1.0以上になり、その後発達の程度は緩やかになり、8~10歳くらいで完全に止まります。ですから、乳幼児期に、なんらかのトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後視力を伸ばすのはとても難しいのです。日ごろから子どもの目の状態に注意を向け、おかしいと思ったら、早めに受診しましょう。

