



# ほけんだより



御殿場市福祉事務所

令和3年 10月号

10月10日は  
目の愛護デー

## 子どもの目の健康について



子どもの目は、個人差がありますが、6歳くらいでおとなと同じくらいに見えるようになりますといわれています。それまでの期間が大切であり、目の異常を発見できる3歳児健診はとても重要となります。

注意

### 目の病気が疑われる子どものようす

#### ☹️ 顔を傾けている

目の周りのバランスが崩れて、反対側に顔を傾げる先天性上斜筋麻痺や、そのほかの斜視、あるいは近視などの病気が考えられます。



#### ☹️ 片目を閉じている

いつも片方の目ばかり閉じているということはありませんか。片目が見えない時や斜視がある場合に、片目を閉じて過ごしている場合があります。



#### ☹️ まぶしがる

角膜の傷は、幼児のまぶしがる様子で判明する場合があります。まぶしがる原因は、さかまつげが多いのですが、先天性の病気や屈折異常、斜視が見つかることもあります。



※ お子さまの目の異常に気づいたら、早めに眼科を受診しましょう。



### スマホやタブレット端末などとの付き合い方

スマホやタブレット端末などは、目や脳への影響が心配されているので、出来るだけ控えましょう。使用する際には30cm程度離れて見せましょう。また、WHOのガイドラインでは、テレビやビデオなどを座って見続けることは、2歳未満は推奨されていません。2~4歳は1日1時間未満とされています。長時間使用し続けないようにしていきましょう。お子さまの目の健康を守るために、ご家庭でルールを決めてメディアと付き合いましょう。

監修 大阪府美南市 辻川眼科 院長 辻川薫先生



### 内科健診が始まります！

嘱託医（園医）による内科健診が各園で行われます。健診日は、各園で決まっています。日程については、園だより等で確認をお願いします。健診日まで体調に気をつけて、当日は出来るだけお休みしないようにしましょう。

