



参加費は
無料です

10月

みんななかよし



☆双葉保育園子育て支援センターからのお知らせ☆

★「子育てひろば」や「なかよしひろば」では、生後1か月を過ぎたお子様(未就園児)を参加対象としています。★

★お茶の時間がありますので、水筒をお持ちください。

❖「なかよしひろば」や「子育てひろば」にあそびに来られる際は、事前に体温を計測してからあそびに来られてください。また、発熱の場合は利用を控えていただきますようご協力をお願いいたします。

❖新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、変更等があるかもしれません。詳細は「双葉保育園ホームページ」または携帯掲示板「はなまる連絡帳」に掲示いたしますので、ご確認をよろしくお願いいたします。



10月19日(火)に予定していました「育児講座・保育参加」は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止いたします。ご了承ください。

◎はなまる連絡帳

<http://h-futaba.renrak.mobi/>

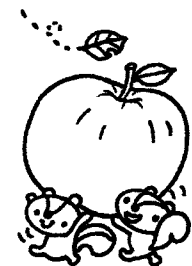
◎双葉保育園のさまざまな情報は

ホームページをご覧ください。

<http://www.futabahoikuen.jp/>



携帯用 QR コード



グルグルお絵描き

10月5日(火)
時間：10:00~11:30
場所：ひれふりランド1階・和室

クレヨンを使って、大きな紙に思いっきりお絵描きをしてみませんか。
0・1歳のお子様も、お母さんと一緒にグルグル描きに挑戦してみましょう。

いっぱい体を動かそう

10月12日(火)
時間：10:00~11:30
場所：浜玉町農村環境改善センター
(浜玉町五反田唐津市立玉島小学校の隣)

マットや跳び箱、JPクッションなどを使い、親子で一緒に思いっきり体を動かしてあそびましょう。
飛んだり跳ねたり、転がったり…。小さなお子様も、膝を曲げたり伸ばしたりして簡単な動きを楽しみましょう。

ポンポン♪たんぽ

10月26日(火)
時間：10:00~11:30
場所：浜玉町農村環境改善センター
(浜玉町五反田唐津市立玉島小学校の隣)

丸いたんぽを使ってスタンプあそびを楽しみましょう。いろいろな色でポンポン♪押すと、きれいな模様ができますよ。

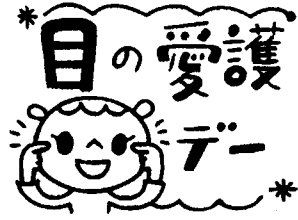


〈いずれも問い合わせ先：双葉保育園(担当・坂本) 浜玉町浜崎 TEL56-8385〉



10月10日は

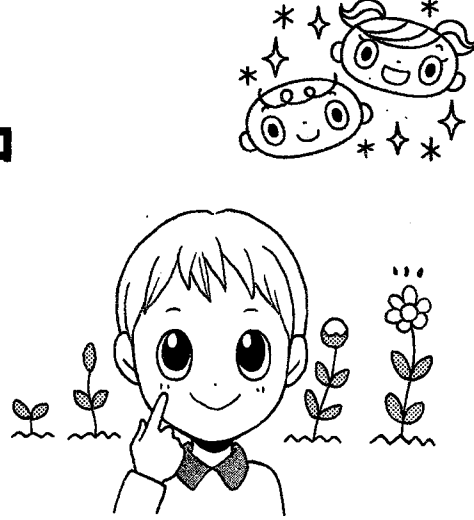
子どもの目の健康



10月10日は目の愛護デーです。10という数字を横にすると眉と目の形に似ていることが由来です。目の健康について考えてみましょう。

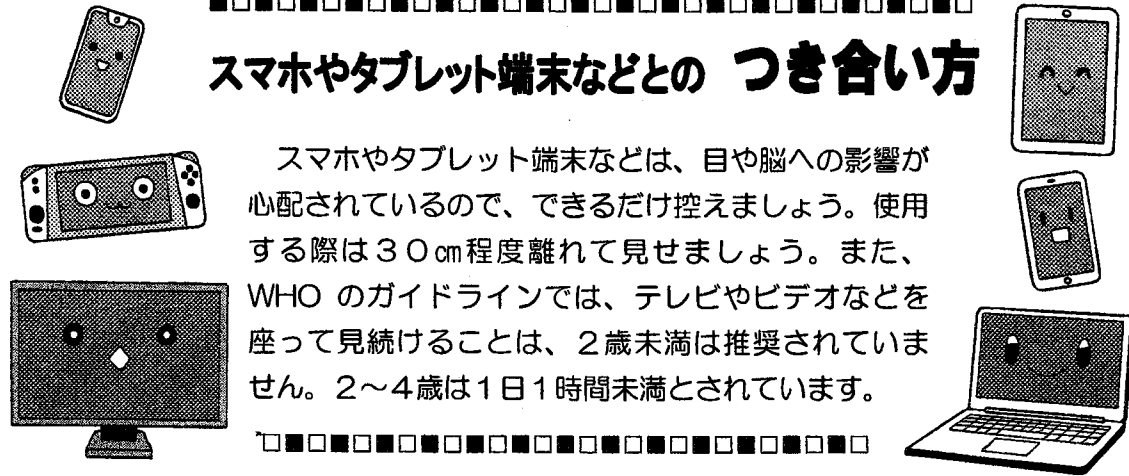
子どもの目は発達中

生まれたばかりでは、明るいか暗いかがわかる程度の視力しかありません。その後、周囲の人の顔を見たり、おもちゃを見たりしながら徐々に視力が発達し、個人差はありますが、6歳くらいでおとなと同じくらい見えるようになります。それまでがもっとも大切な時期であるため、目の異常を発見できる3歳児健康診断(3歳児検診)は重要です。



スマホやタブレット端末などのつき合い方

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、できるだけ控えましょう。使用する際は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。



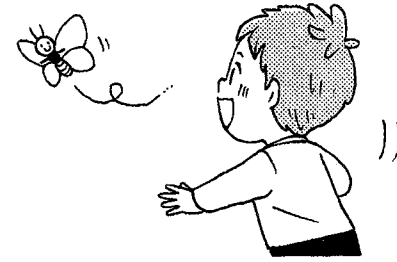
近視予防と外遊びについて

子どもの近視を防ぐには、日光に当たり、外で遊ばせることが大切です。日光に当たる外遊びが少ない子どもは近視になりやすいと言われています。近視がある子もいない子も1日2時間は外にすることが有効です。熱中症や紫外線などには注意をして外遊びをしましょう。



目の健康によい生活

さまざまなものを見る機会を増やす



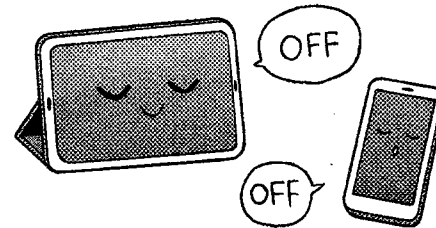
視力は、外界からの刺激を受けて、目を正しく使うことで発達していきます。特に、戸外(屋外)でいろいろなものを見る経験を増やすことは大切です。

よい姿勢を保てるようにする



姿勢が悪いと、絵本を読んだり絵を描いたりする時に、目との距離が短くなり、近視がすすむ原因になります。子どものうちに良い姿勢を身につけましょう。

メディアの長時間利用は避ける



パソコンやタブレット端末、スマートフォン、ゲーム機器などを長時間使用すると、目の疲れ、充血、ドライアイなどを引き起こします。

視力を補うために必要であればめがねをかける



眼科で「めがねが必要」と言われたら、視力に合っためがねをかけることが大切です。めがねをつけずに生活すると、目に負担をかけてしまいます。

11月の子育てひろばの予定

- ・2日(火) 「保育園のおもちゃであそぼ♪」
 - ・9日(火) 「絵本読んで☆」
 - ・16日(火) 「お出かけバックを作ろう」
- を予定しています。

