

平成30年10月生まれ おめでとう1さい

応募方法

誕生日の3カ月前の1カ月間、電話または市ホームページで受け付けています。
(例) 誕生日が平成31年1月の人は、10月に応募してください。
経営企画課広聴広報係
☎(921)2121(内線514)
URL <http://www.city.dazaifu.lg.jp/admin/soshiki/somu/204/379/575/10459.html>



1010通信

目の愛護デー

10月10日は、目の愛護デーということを知っていますか？なぜこの日が「目の愛護デー」なのかというと、10月10日の「1010」を横に並べると、人の顔の眉と目に見えるためだそうです。

生まれたばかりの赤ちゃんは、目の前にいる人の顔がぼんやりと見えるくらいの視力しかありません。赤ちゃんの目は形の上ではほとんど出来上がっていますが、働きは不完全で、明るい暗いかわかりません。個人差はありますが、生後1カ月頃で物をじっと見つめることができるようになり、生後4カ月頃になると動くものを目で追うことができるようになります。生後6カ月頃になると、首がすわり、赤ちゃんの視界は徐々に広がり始め、上下の動きも目で追うことができるようになります。

1歳頃でお座りやたっちができるようになると、赤ちゃんの視点も高くなり、奥行きや高さの認識が始まります。3歳で半分以上の子どもが1.0の視力になり、6歳になるとほとんどの子どもが大人と同じ視力となります。

体の成長とともに発達していく赤ちゃんの目の発達も大切に見守っていきましょう。

●目を大切にしましょう。

- ・絵を描いたり、本を読んだりするときには、部屋の中を明るくして、目を近づけすぎないようにしましょう。
- ・テレビの視聴やゲームの使用が長時間になると目がとても疲れます。時間を決めて、ダラダラとしないようにしましょう。

特に、目の発達途中の赤ちゃんには、テレビやスマホからの明かりは刺激が強すぎて目の発達にはよくありません。

- ・目の負担を和らげるのに最も大切なことは目を休めること、すなわち「睡眠」です。目は起きている時間はフル活動をしているので、睡眠をしっかりとして、目を休めてあげてください。



元気づくり課 子育て支援センター ☎(919)6001