



げんき 集まれ!元気ツズ!!

年齢およびコメントは、写真撮影時のものです。



かどたいぶき
門田一歩希くん(2か月)

いろんな表情ができるようになって成長してきたね!!
元気に育って、パパとママとたくさん遊ぼうね♥



いしぐろはやた
石黒隼汰くん(5か月)

いつも元気な隼汰くん。毎日パパとママをたくさん笑わせてくれてありがとう!これからものびのびと大きくなってね♥



わきたみ
脇田みな実ちゃん(8か月)

ニコニコ笑顔のかわいいみなみちゃん♡
いつも幸せな気持ちにさせてくれて、ありがとう!お姉ちゃんと仲良くあそぼうね!

★元気なお子さんの写真募集中★

市内在住の5歳くらいまでのお子さんの写真を募集しています。

申 お子さんの氏名(ふりがな)・年齢・性別・お住まいの町名・電話番号・コメントを明記して、写真を直接またはEメールで協働推進課秘書広報係(Eメール info@city.chiryu.lg.jp)へ。

Eメールで応募の際は、必ず件名に「集まれ!元気ツズ!!応募」と入力してください。



★かっキーの健康づくり 応援コーナー★

健康づくり
応援キャラクター「かっキー」



シリーズ55.

保健センター(☎82-8211)

子どもの目の健康について

10月10日は「目の愛護デー」です

●子どもの時期から目を大切に

子どもの視力は生まれた直後は明暗がわかる程度、生後6か月ごろまでは0.01~0.02程度ですが、このころから3歳ぐらいまでに急激に成長します。そして6歳ごろに成人なみに発達し、完成します。子どもの目がどのように成長しているのか知り、健康な目を形成するために必要な生活習慣を身につけましょう。

目を大切にするための3つの約束

目の健康を保つためには、毎日の過ごし方が大切です。次の3つの約束を子どもに伝え、乳幼児期から目を大切にするための習慣を心がけましょう。

(1)目を休めよう

テレビやスマートフォンなどの画面を見るときは、時間を決めてみましょう。また、テレビを見るときはテレビから少なくとも2~3メートルくらいは離れましょう。

(2)明るいところで見よう

本やスマートフォンを見るときは、手元だけでなく部屋全体を明るくしましょう。

(3)遠くを見よう

1点を凝視すると目に負担がかかります。数分に一度、焦点を合わせる場所を変えましょう。



3歳児健診で視覚異常の早期発見を

3歳ごろは目の機能の発達を知る大切な時期です。市では医師の診察と視力検査の結果から、視覚の異常を早期に発見できるよう努めています。

一般的に3歳児健診以降、小学校入学まで視力検査の機会はありません。目の異常を早期に発見するためにも、必ず3歳児健診を受診しましょう。

※3歳児健診の案内は対象となる子どもの誕生日までに通知します。健診の対象月齢が過ぎても通知が届かない場合は連絡してください。

