

10月保健指導

『目の大切さ』について(4歳児クラス)



自分の目を大切にできるように、目の働きをみんなで考えました。「まゆげ」「まつげ」「ひとみ」「まぶた」「まばたき」「なみだ」は、どんな働きをしているのか一つ一つ確認しました。



目の回りにある毛の名前知ってるかな？
「まつげ！！」「目にゴミが入らないようにしてる！」など手を挙げて、たくさん発表してくれました。



目を守るためにどうしたら良いかについても確認しました。

目の栄養のためにも、好き嫌いなくなんでも食べようという話では、「嫌いだけど、頑張って食べてる！」という声も聞けました。



半分以上の子どもたちが、家でゲームやスマートフォンを使っていると手を挙げました。ほとんどの子どもが家の人と、時間を決めて使っていると話してくれました。使うときは、お家の人とのルールを守って、姿勢よく、明るい所で使うよう約束しました。



最後に、視力検査についても確認しました。みんなしっかり覚えていました。