



ログさんち

# 子育て情報板



## Let's study English!

ベンジャミン先生の「エンジョイ☆イングリッシュ」の中から簡単な英語を紹介します。今回は「colors (カラーズ)」です。おうちでぜひ使ってみてください。



### Theme of this month 《Colors》

ログさんちでは、毎月「エンジョイ☆イングリッシュ」を開催しています。簡単な単語を使った手遊びや童謡などを通して、楽しく英語にふれあうことができます。乳幼児期から参加してみませんか？

## ほけんだよ！

### もっと知りたい！眼のこと Q&A



**Q** 心配でない寄り目とそうでないものとの違いは？  
**A** 素人ではなかなかわかりにくいので、心配なら眼科受診を

**Q** 視機能の発達のために大人ができることは？  
**A** 外遊びでいろんなものを見る機会を増やして

**Q** いつも涙目だけど、何かの病気だったりする？  
**A** 鼻涙管のつまりや逆さまつげが原因かも

日本人の赤ちゃんの両目は平たく、瞳の位置正しくても白目が内側に隠れて寄り目に見えることも。これを内斜視といいますが、成長するにつれ鼻筋が通り、寄り目に見えなくなります。けれども病気で寄り目になっていることもあるので、安易に判断せず、気になった場合は眼科を受診してください。

大人の姿を目で追ったり動くものを見たりすることで、眼球を動かす筋肉が鍛えられます。遠くを見たり近くを見たりと距離の違う場所を見ることで、ピント合わせの機能が発達します。遠い場所を見るには、さんぼや外遊びがうってつけ。体を動かす粗大運動も、視機能を伸ばす脳の発達に必要です。

涙の多くは、目頭から袋状の涙嚢、鼻涙管を通して鼻腔内に流れます。この鼻涙管が生まれつき詰まっていると、涙が流れずに涙目に。また、赤ちゃんの目の下はぶくくりしていて逆さまつげになっていることが多く、眼に入ったまつげの刺激で涙が多く出ることもあります。

**Q** 色覚異常に気づいたら、どうすればよい？  
**A** 就学前は様子を見ましょう。

**Q** スマートフォンやタブレット、なぜ乳児にはよくないの？  
**A** 脳の発達を妨げ、内斜視を誘発する可能性も

**Q** 紫外線にさらされることは、眼にはよくない？  
**A** 日中に帽子をかぶってなら基本的に問題ありません。

2歳くらいだと、見たものの色の名前をことばで表すのはまだむずかしいものです。色の名前を間違ってもあまり心配せず、少し成長してからの様子を見ましょう。軽い色覚異常だと検査をしなれば気づかないこともあります。小学校に入ると、色覚検査を受けられるようになります。

乳幼児の脳は粗大運動や微細運動を繰り返すことで発達していきますが、デジタルデバイスの使用はその運動の機会を奪うこととなります。また、眼球を動かしたりピント合わせをしたりする機会も減る上、スマートフォンの画面など至近距離のものを長く凝視することで、内斜視になる可能性も高くなります。

朝や夕方など太陽が低い位置にある時、水辺での照り返しがあるときなど、紫外線が直接目に入るようなときであれば、子どもでもUVカットのサングラスをかけることは望ましいですが、太陽が高い位置にある屋外なら、つばの広い帽子をかぶっていれば、それほど心配しなくて大丈夫です。

参考文献：保育がひろがるアイディアマガジン プリプリ 2024年5月号（世界文化社）

ギンちゃん・ヨッシーの  
菊池川ギョギョトーク  
第35回  
◆アカテガニ◆



アカテガニは十脚目ベンケイガニ科に属し、3cmくらいのカニだよ。乾燥にとっても強くて、海岸や川沿いの陸地で巣穴に隠れて暮らしているよ。陸に住んでいるけど、実はエラ呼吸で少しの水があれば呼吸できる生き物なんだ。夏の大潮の満月の日に川を下って海で産卵するんだ！

## 自然くらぶ

9月の自然くらぶでは『この木はどれかな？』という、樹皮から木を当てるゲームを行いました。ふだんから散歩している森ですが、樹皮で判断するのは意外と難しく、親子さんはコミュニケーションをとりながら探していました。その後農園でまだ実っているピーマンやナス、オクラを収穫し、ダイコンの種まきなどを行い、汗をかきました。11月の自然くらぶは、29日（金）に行います。水筒持参、ケガ防止のため帽子・長袖・長ズボン、お持ちであれば長靴でご参加ください。ご参加お待ちしております！

### 自然くらぶに参加された方の感想

- ・歩くようになったので初めて参加しました。揺れる葉っぱや落ちていたドングリ、キウイに興味津々で連れてきて良かったです。迷彩柄のカゴノキと息子の服がお揃いでかわいい写真が撮れました！
- ・初めての参加でしたが、たくさんの自然とふれあうことができ、とても新鮮でした。子どもは抱っこでの参加でしたが、森に興味を示していました。
- ・通いながれた森でも、樹皮を意識して探したことはなかったので夢中になって探して楽しかったです。



## わらべうたのすすめ

### Vol.23 どんぐりころちゃん



子どもたちが大好きなどんぐりをモチーフにした遊び。どんぐりになったつもりで、しぐさ遊びを楽しみましょう。

1. どんぐりころちゃん

2. あたまはとんがって

3. おしりはべっちゃんこ

4. どんぐりはちくり

5. しょ



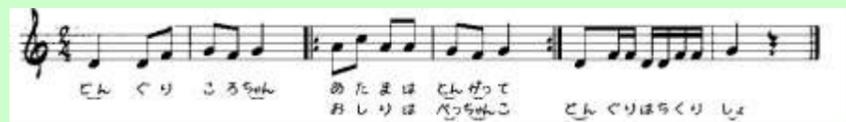
両手でどんぐりの形を作り、左右に振る。

手を頭の上に上げる。

両手でおしりを4回たたく。

両手の指を組んで、左右に速く振る。

手を肩や頬につける。



引用図書：久津摩英子著 ふれあいたっぷり！赤ちゃんのわらべうた（チャイルド社）



たまログURL QRコード

☆☆☆リニューアルしました！☆☆☆

玉名市子育て応援サイト「たまログ」 <http://tama-log.org>

玉名市の子育て支援情報をスマホやパソコンで見ることができます。各子育て支援センターの11月の活動予定も見るができますので、どうぞ気軽にご利用ください。

玉名市 たまログ 検索