

センターだより



令和8年度9月号

四天王寺悲田院 児童発達支援センター

子どもたちの目標



「規則的な生活と元気な体づくり」
「意欲的にいろいろなあそびを楽しむ」
「自分のことは自分でする」
「家族以外の人と過ごすことができ、友達と仲良くできる」
「知らない所でもなじむことができる」
「気持ちや感性を適切に表現でき、落ち着いて行動できる」
「自分の意志を伝え、他人の意志を受け止められる」

9月の予定

1日(火) 大阪 880 万人訓練	10:00～	21日(月・祝) 敬老の日
5日(土) 休園	※園庭開放有	22日(火・祝) 国民の休日
12日(土) 休園		23日(水・祝) 秋分の日
16日(水) 太子講	10:30～	26日(土) 休園
19日(土) 休園		28日(月) 避難訓練

10:20～ センター棟



お知らせ

○実習生が来ます クラスに入りましたら、よろしくお願いいたします。

9/7(月)～ 9/18(金) 畿央大学 (保育士) 1名

○保育棟玄関の閉扉に関するお願い

保育棟玄関の扉は自動で閉まる構造になっていません。少しでも開いた状態で扉が止まってしまっていることが稀にあります。**保護者の方々には大変お手数ですが、カチッと音が鳴るまで扉を手で閉めて頂きますようお願い致します。**その際はお子さまの手指を挟まないようご注意ください。

園児の安全を守るため、ご協力をお願い致します。

○大阪 880 万人訓練



今年は1日 10:00～実施予定となっており、当施設では子どもたちが登園して間もない時間帯となります。そのため今回は、ゆきクラス・ほしクラス・そらクラスが代表で参加することになりました。

該当クラスの方で、当日、自力で登園される方は、登園時間についてご配慮くださいますようお願いいたします。



子どもの見る力ご存じですか？

作業療法士 岩田瑞穂

皆様こんにちは。9月に入ってもまだまだ暑い日々が続きますね。昔は9月ともなると日中過ごしやすくなってきていましたが、近年ではそうもいかず室内で過ごす時間を必然的に伸ばさざるを得ませんよね。そんな時頼りになるのがYouTube等の動画配信。現代では子育てのお助けグッズと言っても過言ではないように思います。一方で親の気持ちとしては何となく罪恶感を抱きやすいグッズの一つでもあると思います。

そこで、今回は「子どもの視る機能の発達」「見る力を育む遊び」「スマホ等動画を見せる際気をつけたいこと」についてお伝えしたいと思います。これをきっかけにお子様の見る力を育み守る為の関わりについて参考にいただければと思います。

<子どもの視る機能の発達とは>

子どもの発達には視覚からの情報がとても大きな役割を果たしていると言われています。子ども達が日常生活を送る際、目から8割以上の情報を取り入れるとされており、認知、運動、言語、社会性等あらゆる発達領域の基盤となります。

視る機能と言うと「ものをはっきりと捉える」視力をイメージされる方が多いと思いますが、実際は他にも様々な機能が働いています。見たいところに視線を合わせたり、ピントを調整する「眼球運動」。捉えたものが「何か」を判断し対処する「認知機能」。これら一連の機能が合わさって視機能と言われています。生まれたばかりの赤ちゃんの視力は0.02～0.04くらいと言われていて、光や物の形がぼんやりとわかる程度です。そこから1歳までの期間で視覚と運動が連携し、探索活動や指差し等活発な活動を繰り返すことで視機能の発達が促され、6歳～8歳くらいに完成すると言われています。

<見る力を育む遊び>

視機能には視力の他に「眼球運動」と言う運動機能があることをお伝えしました。眼球運動は、視力の発達と共に段階的に発達をしていきます。この機能が発達することにより、集団の中では先生に注目出来たり、その動きを目で追うことが出来るようになります。また、読み書きの学習に必要な素早い眼球の動きにも結びついていきます。しかし現代では、子ども達を取り巻く様々な環境要因により、十分な運動経験を自然に積み重ねていくことが難しい現状が多くみられます。そこで眼球運動を育むには、どのような遊びがあるのか一例をご紹介します。と思います。

① 子どもがものをしっかりと見る力を育む遊び

絵本の読み聞かせ 積み木 お絵描き

② 子どもが動きながらものをしっかりと見る力を育む遊び

的にジャンプ 的あて ボーリング

③ 動いているものをしっかりと見る力を育む遊び

虫取り キャッチボール ふうせんキャッチ

④ 動きながら動くものを見る力を育む遊び

しっぽとり 縄跳び 鬼ごっこ

＜スマホ等動画を見せる際気をつけたいこと＞

スマホ内斜視と言う症状をご存じでしょうか？最近ニュースで取り上げられることが多々ある、スマホ等のタブレット端末が目を与える影響で起きると言われている症状の一つです。正式名称は急性後天共同性内斜視（acute acquired comitant esotropia, AACE）と言い、急に発症する後天性の内斜視のことを言います。突然物が二重に見えるといった症状が見られ小児や青年期での症例増加が注目されています。

また、文部科学省の調査では小中学生の裸眼視力 1.0 以下の割合が過去最悪（令和 5 年度）になったとも言われていて、早期の視力低下は後の目の病気の確率が上がることも分かっています。そこで内斜視や視力低下など、目を与える悪影響を防ぐ為に、最低限気を付けるべきことは何かを調べると、

- ① 視聴時間を 1 日 4 時間以内に収めましょう（できれば 2 時間以内が望ましい）
- ② スマホ、タブレットとの距離を 30 cm 以上離しましょう（画面が小さいと寄り目で眼球を長く固定する状態が続く為、出来るだけ大きな画面が望ましい）
- ③ 5 歳未満の子どもが斜視になっても見え方がおかしいと訴えることはありません。2 歳まではデジタル機器の使用を控えること、2～5 歳の子どもは短時間の視聴にとどめましょう。
- ④ 30 分に 1 回は小休憩をはさみましょう（30 秒以上遠くを見つめましょう）
- ⑤ お部屋を十分に明るくしましょう
- ⑥ 使用する機器の照度を調整しましょう

と言うことに特に注意するように挙げられていました。また、1 日 2 時間以上の屋外遊びも推奨されています。

いかがでしょうか？外界からの刺激を得る際に 8 割以上が視機能を使用していること、

その視機能は生まれてから6～8歳までの間にほぼ獲得されていくものであるということ、子どもの見る力の成長には眼球運動の発達が大きく関わっていること、そしてスマホ等のタブレット端末を使用する際に注意して頂きたいポイントについてお伝えしてみました。イメージして頂けたでしょうか。

子育ては、子どもの愛おしさ、成長の喜びだけでは括りきれません。やりたいことの理想と現実の狭間で少しずつ折り合いをつけ、家族皆が日々の生活を健やかに過ごせるよう整えることを求められます。そんな中便利な道具を使うことで親の負担が軽減されるのは何よりです。ただしその際、その道具が与える影響を理解し、工夫して取り入れることが大切なのではないかと思います。

今回紹介した見る力を育む遊びは一例です。お子様にあった遊びの取り入れ方に悩まれた方は、どうぞお気軽に職員にお声がけください。

参考文献：

文部科学省 近視について解説した資料、子どもの目の健康を守る為の啓発資料
日本弱視斜視学会、日本小児眼科学会、日本視能訓練士協会「若年者の後天共同性内斜視に対する提言」
真野英寿・楠本泰士・大貫二三恵著 発達の気になるこどもへのアプローチ
井川典克・高畑脩平・奥津光佳・荻原広道著 みんなでつなぐ読み書き支援プログラム.