

目のお話をしました

10月10日は何の日？
目を大切にしましょう！という日です。
目に良い事 食べ物・良い姿勢・目の体操・目のつぼ
目に悪い事 テレビ・携帯・パソコンについて
目を大切にするお約束などのお話をしました。



百合が丘 ひまわり保育園
作成者 病児
対象児 ☀️ 4・5歳児



目に良い食べ物
お肉・人参・ほうれん草
大豆・納豆・たまご・味噌
チーズなんだね！

顔には何があるかな？みんなで確認中！
10月10日を横にすると・・・あらっ！目・眉毛になったよ



まゆ毛・まつ毛の役割をみんな真剣に聞いていました。



早寝・早起き
朝食をしっかりと食べる♪



みんなで目を
ぐるぐるまわしています
あーっ・・・
目が回るよー

看護師と一緒に目の体操です
① 右左にキョロキョロ4回
② 上下にキョロキョロ4回
③ 目をぐるぐる回して・・・
ぎゅーと閉じてパッ！と開く

テレビは2メートル離れて
ゲームや携帯ばかりやって
いると・・・こわ〜い！
目が赤くなってるよー



さすが年長さんつぼ押しも上手！
視力検査にむけてランドルト環を使って練習しました。
次回は3歳児でお話する予定です。

点字ブロック(警告・誘導)
について学びました。
ゆずりあいの心です♪