

日程	行事	場所	内容等	申込
10月13日(火) 【受付】10:00～10:30	すこやか相談 (戸河内)	戸河内ルーム	身体測定(身長・体重) 歯科相談・栄養相談 など	不要
10月16日(金) 【聞こえと言葉の相談】 15:00～17:00	乳幼児健診	殿賀ふれあい プラザ	◆乳児前期児 令和8年4月8日～令和8年6月16日 ◆乳児後期児 令和7年11月8日～令和8年1月16日 ◆1歳6か月児 令和7年2月8日～令和7年4月16日 ◆2歳6か月児 令和6年2月8日～令和6年4月16日 ◆3歳児 令和5年2月7日～令和5年4月16日	対象者には個別に通知しています
	聞こえと言葉の 相談		言葉、発音などの気になることについて、 専門の先生が助言・指導します。	要申込 ×切り 10/8
10月27日(火) 【受付】10:00～10:30	すこやか相談 (加計)	加計のびのび	身体測定(身長・体重) 歯科相談・栄養相談 など	不要

子どもの視機能と発達のお話し



●スマホやタブレットの使い方

スマホやタブレット、携帯ゲーム機で遊ぶ時間をスクリーンタイムと言います。
2歳未満のスクリーンタイムは原則0時間、2～5歳は1日1時間以内に制限されることが望ましいとされています。
もし子どもに限らず使用する場合には、30センチ以上画面を離す、30分に1回休憩して30秒遠くを見る（30・30・30ルール）を意識してください。

■なぜ制限が必要なのか■

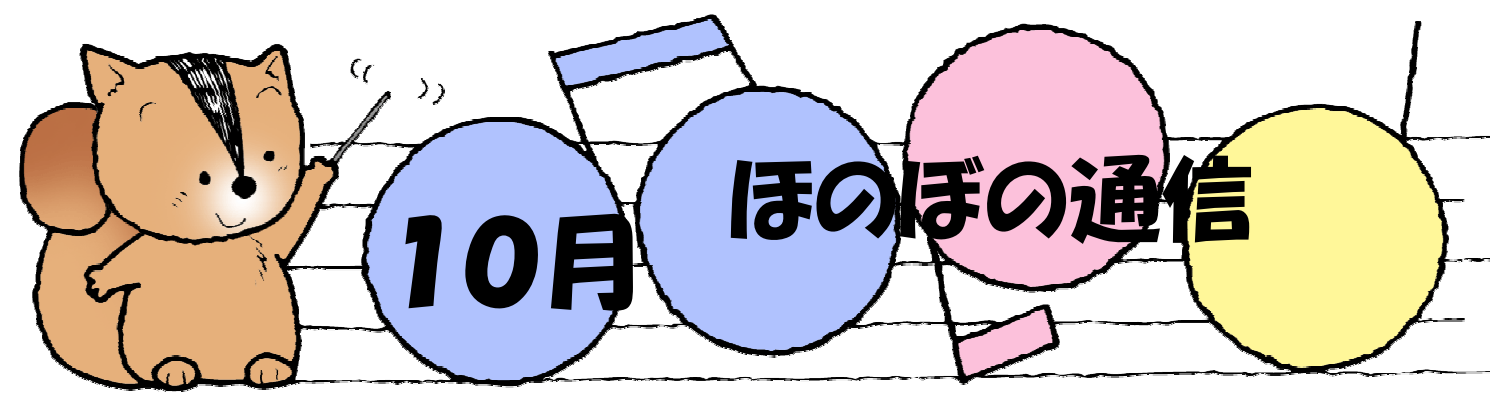
○目の形に影響がある：幼少期はまだ眼球周囲の筋力が育っていないのに、スマホやタブレットを近づけて視てしまうと斜視が強くなります。斜視の矯正は簡単ではありません。

○焦点の合わせ方が下手になる：画面の狭い範囲を見続けることで、焦点の合わせ方が下手になり、「視線を寄せる」「視線を開く」「視線を跳ばす」ことが苦手になります。この視線の使い方は小学校に入るととても大切になります。教科書を読み黒板を書き写し、先生の話を聞く作業は視線を動かすことの連続です。縦書き・横書きの教科書を読むので、視線のたて・よこ・ななめの動きの苦手さで字が追いつらい、読みづらくて先生の話しに集中できなくなることは、子どもの勉強への苦手感につながります。

○体の発達に影響がある：視線の動かし方がスムーズなお子さんは走ったり跳んだりする時に、目と脳で自然に手ブレ防止機能を働かせて、風景がゆがまずに遊べます。視線の動かし方がスムーズでないことは手ブレ防止機能をオフにして走のようなものです。コースやゴールがぐらぐらしてはまっすぐ早く走ることはとても苦手になります。鉄棒や跳び箱も視点が上下逆転したり回ったりするので上手にできなくて体育に苦手感がでます。体を動かすことに苦手感が出ると、体幹に力をつけたり関節をしっかり動かす機会が減り、姿勢や学習する力にも影響が出て悪循環になります。

☆まとめ☆

子どもにスマホを使わせるのは良くないよね、ということはすいぶん知られてきました。今回はなぜ良くないか、を少し深掘りしてお伝えしました。視力の低下だけでなく、「視機能を育てる」ことにスクリーンタイムは影響が大きいのです。デジタルコンテンツは悪いことばかりではありません。この先、お子さんの学習や運動に苦手感がでないよう上手にご利用いただきたいと思います。



令和8（2026）年10月1日発行

【安芸太田子育て支援センター】 《安芸太田町地域の子育ての拠点として支援活動をしています。》

☆加計のびのび 《加計認定こども園あさひ内》【月曜日～金曜日】 9:00～14:00

〒731-3501 山県郡安芸太田町大字加計3771-1
TEL（0826）22-2595
TEL（0826）22-0011
FAX（0826）22-0014
E-mail kosodate@akiota.jp

- ◎子育て情報の提供・心やすらぐ交流の場・リフレッシュ支援・親子遊びの教室
- ◎すこやか相談（健康福祉課と連携・身体計測・歯科相談・栄養相談）
- ◎育児相談（面接・電話）
- ◎園開放（支援センター室や園庭での遊び）



☆戸河内ルーム 《認定こども園とごうち内》【月曜日～金曜日】 9:00～12:00

〒731-3621 山県郡安芸太田町大字上殿1886-1
TEL（0826）28-7111
FAX（0826）28-7311
E-mail togouchishien@akiota.jp

- ◎すこやか相談（健康福祉課と連携・身体計測・歯科相談・栄養相談）
- ◎園開放（保育室や園庭での遊び）



【園開放】（保育室や園庭での遊び）

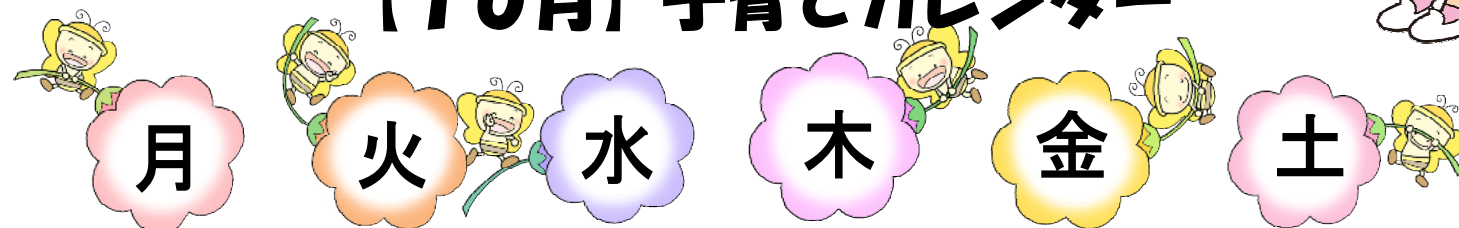
☆修道保育所 山県郡安芸太田町大字穴2863-2 TEL（0826）23-0424

☆筒賀保育所 山県郡安芸太田町大字中筒賀1790 TEL（0826）32-2400

実りの秋、食欲の秋、少しずつ過ごしやすい時期となりました。家の周りを散歩したり秋のおいしい物を食べたり
また、レジャーに出掛けたりして自然を感じてみましょう。
今年も、町内各地で秋祭りの神楽笛や太鼓の音が聞こえてきますね。
安芸太田町内のいろいろなイベントも親子で楽しんでみてください。
今月は、年に一度の『安芸太田っ子の集い』を計画しています。
「子育て講演会」や、おんぷらんとによる「コンサート」があります。
お子さんと一緒にお出かけください。会場でお待ちしています。詳細は別紙をご覧ください。



【10月】子育てカレンダー



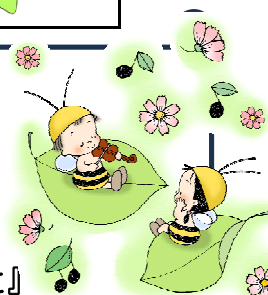
日				1	2	3
活動内容他						
日	5	6	7	8	9	10
活動内容他						
日	12	13	14	15	16	17
活動内容他	スポーツの日 	★すこやか相談 (戸河内ルーム) 【受付】10:00～10:30		♥Photo Café 10:00～11:00 (加計のびのび)	乳幼児健診 聞こえと言葉の相談	
日	19	20	21	22	23	24
活動内容他		◎安芸太田っ子の集い (戸河内ふれあいセンター他)			♥おはなし会 10:30～11:00 (加計のびのび)	
日	26	27	28	29	30	31
活動内容他		♥すこやか相談 (加計のびのび) 【受付】10:00～10:30				

令和8年度《遊び・学び・育つ 安芸太田っ子の集い》
10月20日(火) 安芸太田町役場本庁 東館・戸河内ふれあいセンター

9:10～10:10 (安芸太田町役場本庁 東館)
【子育て講演会】 橋 恵先生 『子育てって、これでいいの？
～今、大切にしたいこと』

10:30～11:00 (戸河内ふれあいセンター)
【親子鑑賞会】 おんぷらんと こびとのサーカス 『コンサート』

～加計のびのび・戸河内ルームはお休みです。 会場でお待ちしています。～



【 子育て支援センター利用についてお知らせとお願い 】



★園開放(支援センター室や園庭での遊び)について

○初めてご利用または町外の方は、事前にご連絡をお願いします。
午後からの利用希望については、事前にご相談ください。

★体調にはご注意ください。「鼻水」「咳」「発熱」などいつもと様子が違う場合はご利用をお控えください。

★臨時休所について

○【防災気象情報 警報発令にご注意ください】
「大雨」「暴風」等の警報が発令されている場合「お休み」となります。

○その他

都合によりお休みとなる事があります。その場合は事前にお知らせします。

状況により、計画の変更や中止になることもあります。ご理解ご協力をよろしくお願いします。

＝＝下記の活動日についてお知らせとお願い＝＝



- ♥参加申し込みが必要です(人数に制限があります)
- ♥参加される方は時間までにお越しください
- ♥園開放はお休みします、ご協力をお願いします
- ♥加計のびのび(Tel 0826 22 2595)
または こども園あさひ(Tel 0826 22 0011)



♥Photo Café

◎『思い出をカタチに・スクラップブックング』を楽しみましょう

日 時：10月15日(木) 10:00～11:00
場 所：加計のびのび ※要申込 10/13(火) ×切
講 師：大倉 久美子さん
準備物：使用したい写真3～10枚プリントして持参 (アルバムまたは季節のカード作り)

～ お子さんの笑顔が一段と輝くオリジナルな作品ができます～



♥おはなし会

◎おひざにだっこで絵本を楽しみましょう♪ ～読み聞かせと絵本の紹介をしていただきます～

日 時：10月23日(金) 10:30～11:00
場 所：加計のびのび ※要申込 10/21(水) ×切
講 師：阿保 陽子さん (図書館司書)

～乳児さんから一緒に楽しめる内容です～