



10月10日は目の愛護デーです。スマホやパソコンの使い過ぎ等で黒板の字が見えにくい、頭痛・肩こりがするなどの症状はありませんか？自分の目を大切にする機会にしてください。（裏面も見て下さい。）

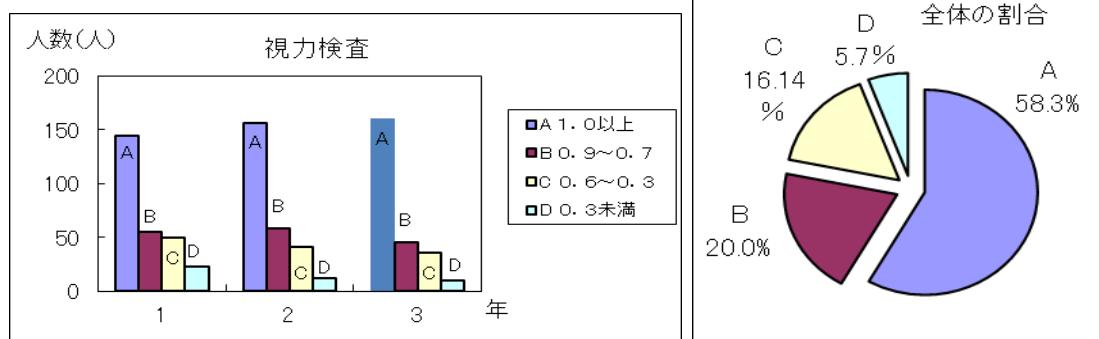
令和7年度 視力測定結果

7月末現在

単位:人

	受診者数	A 1.0以上	B 0.9~0.7	C 0.6~0.3	D 0.3未満	受診勧告者 (C.D)	前年度 受診勧告者
1年	272	144	55	50	23	73	88
2年	267	156	58	41	12	53	55
3年	252	161	45	36	10	46	73
合計	791	461	158	127	45	172	216
割合		58.3%	20.0%	16.1%	5.7%	21.7%	27.7%

受診者:791名 未検者:2名(2年女子・転学)



視力検査（4月）の結果、受診の必要な生徒【判定；C・D】は約2割強でした。（前年度より減）受診が必要な生徒には、すでに通知（4月下旬・8月下旬：ピンク色用紙配布）してあります。夏休みや9月中に専門医を受診した生徒も何人か見られましたが、まだ報告していない生徒も多数あります。

医療費助成等の地域もありますので、早い時期に眼科を受診し、報告をお願いします。

特に3年生は、進学・就職で慌てないためにも、早期に受診をしておきましょう。

受診報告者（9月末） ・・・全体 61/172人 (35.5%) *昨年度同時期 (24.5%) よりも増

【1年；36/73人 (49.3%) 2年；16/53人 (30.2%) 3年；9/46人 (19.6%)】

学校でケガをして病院に行ったら…すぐに連絡 ～災害共済給付申請について～

学校内（授業中・部活動中・休み時間）や登校・下校時の『学校管理下でのケガ』に対しては、医療費の申請手続きが可能です。医療費の点数が合計500点以上の場合（保険適用で1500円以上）が対象になります。〔「子ども医療費助成」制度（窓口支払いが無い場合でも）が実施されている市町村においても、申請手続きが可能です。特に利府町は、学校災害給付制度が優先されます。〕

なお、交通事故関係（自転車同士の事故や自動車による事故等）については、自賠責保険が関係するので、まずご連絡をお願いします。

最近、時間が経過してからの申請が多くなっています。発生状況や受診状況があいまいになってしまってるので、すぐに保健室にケガの報告と手続きの相談をしてください。必要な書類を渡します。

症状から知る 目の病気図鑑

こんな症状、ありませんか？

目が乾く、シバシバする

それは… → **ドライアイ** かもしれません



涙は本来、目の表面を包んで快適に過ごせるよう守ってくれています。しかし、何らかの理由でこの膜が均一でなくなったり途切れたりすると、様々な症状ができます。

- | | | |
|--|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> 目が乾く | <input checked="" type="checkbox"/> 目の疲れ | <input checked="" type="checkbox"/> 違和感（ゴロゴロする） |
| <input checked="" type="checkbox"/> かすむ | <input checked="" type="checkbox"/> 涙が出る | <input checked="" type="checkbox"/> 目が赤い |
| <input checked="" type="checkbox"/> 痒しい | <input checked="" type="checkbox"/> 痛い | など |

蚊や糸のようなものが見える

それは… → **飛蚊症** かもしれません



晴明い晴れた空を見たときに黒い虫や糸状のゴミのようなものが視界を浮遊しているように見えることがあるかもしれません。これは目の中の硝子体というところにある濁りがそのように見えるもので、あまり心配はないことがほとんど。ただし、それが急にひどくなったり際は危険な病気の可能性があるので、すぐに眼科へ。

目の健康を守るために

ICTとは



程よい距離で付き合おう

画面との距離、使用時間など、健康や生活に影響の出ない「ちょうどいい」を保ちましょう。

気になることがあったら
放置せずに眼科へ



目の不調は意外と気づきにくいもの。おかしいなと思ったら既に症状が進行していることもあります。

メガネやコンタクトレンズの度が合っているか定期的に点検を

合っていないものを使っていると、目に負担がかってしまいます。見えにくいと思ったら調整しましょう。

目が赤くなる、かゆい

それは… → **結膜炎** かもしれません

結膜とは白目のこと。白目が充血し、まぶたが腫れたりまぶたの裏側が赤くなったりします。細菌やウイルス、アレルギーなど、原因はいろいろ。

ただし、黒目の周りが充血している場合や黒目と白目の境目が充血している場合は、結膜炎ではない病気の可能性も。



片目の位置が内側（外側）にズレる

それは… → **斜視** かもしれません

通常、両目の視線は同じ方向にそろっているはずです。片目だけが違う方向を向いているときは斜視といって、見え方に支障が出るなど見た目だけではない問題が起こることがあります。また、ずっと見は斜視ではないのに片目ずっと調べるとズれていることもあります（斜位）。スマホの使い過ぎで斜視になってしまふ「スマホ斜視」も最近は問題になっています。

