

明日 17日(水)に眼科検診があります！

桑島先生（桑島眼科）に、目の病気になっていないか、異常はないかなどを診ていただきます。



<時間と順番>

クラス	検診時間	集合
1-1・1-3	9:30~9:35	9:25
1-2	9:35~9:40	9:30
2-1・2-3	9:40~9:45	9:35
2-2・2-4・2-5	9:45~9:50	9:50
3-1	9:50~9:55	9:55
3-2	9:55~10:00	10:00

※ 時間は目安なので前後する場合があります。

<場所> 保健室

<検査の受け方>

- あいさつはせずに、前の人に続いて検診を受けます。
- メガネをかけている人はそのまま診てもらい、指示があったらはずします。
- コンタクトをつけている人は、「コンタクトです」と言って検診を受けます。
- 当日欠席の場合は、後日、保護者の方の送迎のもと、長井市の桑島眼科を受診していただくことになります。



こんな症状ありませんか？



ICTと目の健康が気になります



近 視の子どもは約40年前に比べてなんと2倍。近視の原因は遺伝もありますが、普段の生活が影響している部分もあるようです。気になるのはスマホやタブレット端末の使い方。小さい画面だと気がつかないうちに顔を近づけて見てしまっている人も多いのです。

近くを見続けると、目の筋肉が疲れて一時的な近視（仮性近視）になります。その状態

が続くと本当の近視に繋がることも。近視が進むと眼球の形が変形してしまう場合もあり、そうなるともう視力も元には戻りません。近視は20歳まで進むといわれているので、それまでの対策が大切なのです。

学校の健康診断は年に1回ですが、視力は日々変化しています。健康診断で大丈夫だったとしても、普段の学校生活で見えにくさを感じたりしたら迷わず眼科へ。