



こんにちはは保健師です

3歳児健診 屈折検査を追加します

生まれてから6歳ぐらいの乳幼児期は目の発達に大切な時期です。10月の3歳児健診から、今までの視力検査の項目に屈折検査を追加します。子どもを抱っこしたまま受けることができる検査です。

なぜ屈折検査を行うの？

子どもの目は、眼球などの形はほぼ完成されていますが、大人と同じような視力になるには6年ほどかかります。視力が発達中の子どもは目の前がぼんやり見えている程度で、見えにくさを自覚できません。そのため、子ども本人も家族も気付かないことが多く、遅れて異常が発覚することがあります。早期に異常を発見し、子どもの視力の正常な発達のために屈折検査を追加しました。

屈折検査でわかること

視力の発達を妨げる生まれつきの目の病気・斜視・遠視・乱視・強い近視等による弱視などを確認することができます。これらは通常の視力検査だけでは見逃してしまうことがあります。

検査の方法

屈折検査はカメラで写真を撮る感覚で検査ができる屈折検査機器（スポットビジョンスクリーナー）を使って行います。この検査機器を使って目に入ってくる光のピントが合うために必要な度数（屈折）を調べます。検査時間は1分程度です。

もし、異常が見つかったら

屈折検査で異常が見つかったとしても慌てる必要はありません。紹介状を発行しますので眼科で精密検査を受診してください。早期に異常を見つけ、治療を行うことがとても大切です。

いつもの習慣に気を付けて 目をまもる4つのお約束

ひとつ目！ いろんなものを見よう

外で元気に遊びながら遠くや近くのものを見たり、早く動くものや小さなものを見たり、目を上手に使いましょう。



ふたつ目！ テレビの見すぎに注意

テレビを見るときは部屋を明るくして離れて見ましょう。また、30分～1時間見たら目を休ませましょう。



みつ目！ ゲームのしすぎに注意

テレビゲームや携帯用ゲームなどは目が疲れます。時間を決めて使いましょう。また、30分～1時間遊んだら目を休ませましょう。



よっつ目！ 見え方をチェックしよう

いつもは両目を使っているのに、よく見えていると思っても、片目だと見えにくいことがあります。たまには片目を隠して見え方をチェックしてみましょう。



● 問い合わせ いきいきはーる健康課 ☎ 2022局3212番

あなたの周りの出来事や
身近な話題をお待ちしています

まちの わだい

Town's Topics



また、来年も会おうね

水巻町社会福祉協議会「精霊流し」

8月15日、遠賀川河川敷公園猪熊駐車場で精霊流しが行われました。

会場を訪れた多くの方が、故人が来年のお盆も無事に帰って来られるように「来年もまた会おうね」「仲良く楽しく元気に過ごします」「家族を見守っていてね」と、流し灯籠にメッセージを書いて遠賀川に流しました。そして、川を流れてゆくその灯りに故人への思いを込めて、静かに手を合わせて見送りました。

この日は風が強く、時折小雨が降る不安定な空模様でしたが、天気が大きく崩れることなく無事に見送ることができました。



この教室から将来のスターが!?
柴原洋さんの野球教室

8月4日、総合運動公園グラウンドで元プロ野球選手の柴原洋さんの野球教室が開催されました。9回目の開催を迎えた今回、5歳～小学3年生の子どもとその保護者35人が参加。真夏の暑さが残る時間帯でしたが、子どもたちはしっかり水分をとりながら、キャッチボールやティーバッティングなど野球の楽しさに触れていました。

柴原さんが、参加した子どもの投球に光るモノを見たのか「君は絶対野球部に入った方がいい！」という場面も。この教室で柴原さんから野球の楽しさを学んだ子どもたちが、将来どんな道に進んでいくのか、今から楽しみです。



8月4日、水巻町中央公民館で開催された平和講演会に水巻中学校の生徒が参加しました。

長崎県被爆者手帳友の会副会長の三田村シズ子さんを講師に招き、「原爆と共に生きて～放射線の悪魔と闘った～」をテーマに講演を行いました。

講演では、三田村さんが3歳8カ月の時に、長崎市の爆心地から4キロ離れた自宅で食事中に兄姉と共に被爆し、その後、被爆した姉をがんで亡くし、三田村さん自身も4度がんを患うなど身体の変調と闘って来たという実体験を紙芝居や写真を使い語りました。

また、戦争の愚かさ、核兵器の非人道性と残酷さについて参加者に強く訴えかけました。

8月9日長崎からの証言
水巻町平和講演会