

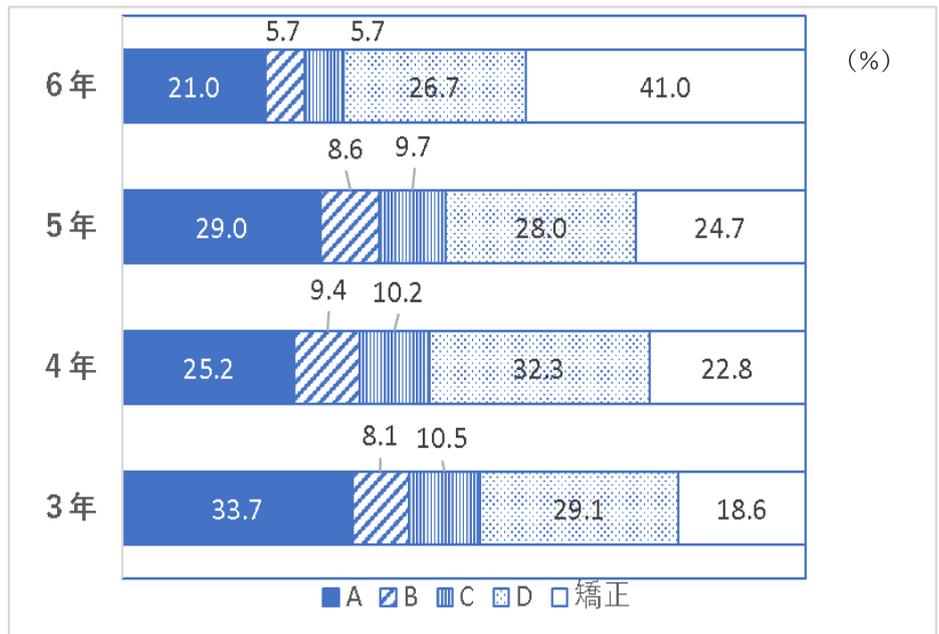
秋が深まってくると、朝晩と日中の寒暖差が大きくなります。気温差に体が慣れず体調を崩しやすく、感染症も流行りだす時期です。上着など服装で調整しながら、毎日を元気に過ごしましょう。

## 令和7年度 視力検査結果

4月の定期健康診断で実施した視力検査の結果です。

全学年、裸眼視力がB以下(1.0未満)の生徒が裸眼視力A(1.0以上)の生徒に比べ多いことが分かります。

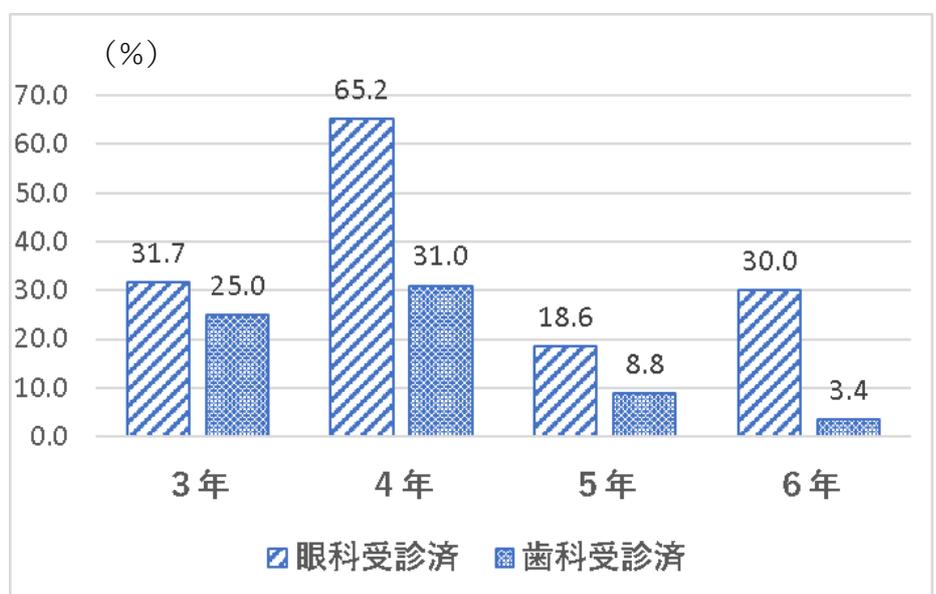
タブレットやスマホの使用時には、画面と目の距離を30cmキープするとともに、30分に1回は目を休ませるようにしましょう。



## 令和7年度 眼科・歯科の受診状況

視力検査の結果B～Dの生徒のうち眼科受診をした割合は、4年生が最も高く65.2%、次に3年生の31.7%でした。

むし歯のある生徒及び歯垢付着有の生徒のうち受診済の生徒の割合が最も高いのも4年生で、31.0%。次に3年生で、25.0%でした。



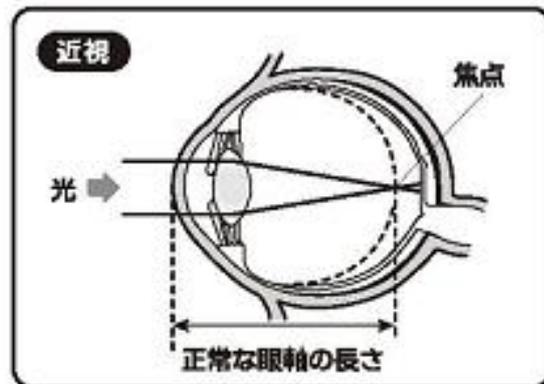
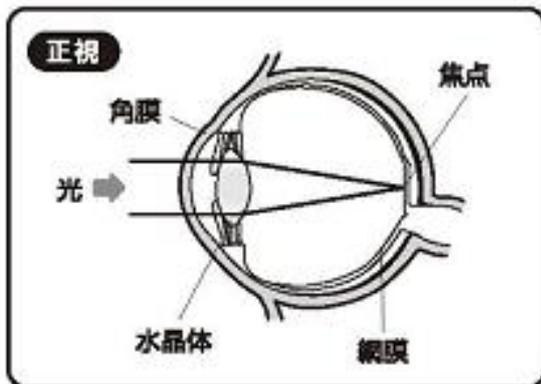
眼科・歯科の受診勧告書を出されている生徒は、早めに受診しましょう。また、受診後は、報告書を担任の先生へ提出してください。

## Q1 近視ってどういうこと？



### A 眼球が変形してピントが合わない状態

眼球は、カメラのような構造をしています。ものに光が反射すると、目はそれを色や形といった情報として取り入れます。カメラのレンズが黒目の部分で、フィルムにあたるのが目の奥にある網膜。本来は、目の中に入った光の情報は網膜の上で像を結びます。しかし近視の人は、眼球が楕円形に伸びてしまっています。網膜の手前で像が結ばれるため、ピントが合わない状態になるのです。



## Q2 近視の原因は？



### A 最近環境が原因の近視が増えています

「遺伝」と「環境」の両方が関係しています。ただ、近年近視の人が増えているのは、環境(生活スタイル)による影響が大きいと言われています。スマホなどの使いすぎで近くを見ることに一生懸命に筋肉を使っていると、成長途中の目は眼球を変形させてピントを合わせるのを手伝おうとして、結果的に近視になってしまうのです。

## Q3 近視を放置しているとどうなる？



### A 失明の原因となる病気のもとになることも

じつは、近視は万病のもと。近視が強くなると失明原因1位の「緑内障」になりやすくなったり、治療法のない「病的近視」に進んだりすることもあります。現代ではたくさんの人が近視になっていますが、「矯正して見ればいい」では済まないものもあるのです。