

ほけんだより

東村立高江校
平成 28 年度 10 月
保健室発行 No. 7

10月の保健目標 目を大切にしよう

少しずつ秋らしい風が心地よいと思ったら、夏のような暑い日もまだありますね。中学生の地区陸上大会も無事に終わったばかりですが、お話童話意見発表や中間テストなど、子どもたちがほっと一息つけるのは、まだ先のような感じです。相変わらず汗をいっぱいかいて、元気いっぱい過ごしていますが、朝や夕方は気温も下がってきます。ぜひ薄手の羽織物を一枚持たせてください。その日の天気や体調に合わせて洋服選びができるようにしましょう。県内ではインフルエンザも出ています。自分だけでなく、周りの方にも感染させないように、予防の三原則（手洗い・うがい・マスク）の徹底をご家庭でもご指導よろしくお願ひします。



“色覚異常”って知っていますか？

先天性色覚異常は男子の約 5%（20 人に 1 人）、女子の約 0.2%（500 人に 1 人）の割合で見られます。色が全く分からないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、自分では気づかない人もいます。また、治療方法もありません。しかし、授業中の黒板や掲示物が見えづらかったり、職業によっては色覚に異常があると、その職に就く際のハンデになることもあります。お子さんの色の見え方で気になったことがある場合は、一度きちんと検査をしてみることをお勧めし

こんなことで困っています

- * 信号の色が見分けにくいので、順番で覚えている。
- * 車のブレーキランプが見えづらい。
- * コーヒー牛乳と野菜ジュースを間違えたりする。
- * 緑のインクを赤だと思った。
- * 料理の色が悪くみえて、食欲がない。
- * 乳児の便の色が分からない。
- * 進路決定後、色覚異常がわかり進路を変更せざるをえなくなった。などなど……

麦粒腫

（ものもらい）

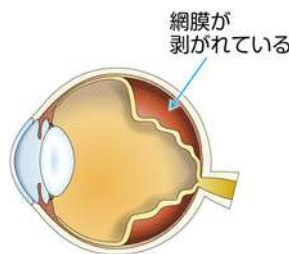


目の縁に、黄色ブドウ球菌、表皮ブドウ球菌などの細菌が感染して起こります。まぶたの一部が赤く腫れ、ズキズキするような痛みがあったり、押えると痛いのが特徴です。膿んだ部分が自然に破裂し、膿が出てしまえば、症状が治まり、回復に向かいます

網膜剥離

（もうまくはくり）

【網膜剥離（イメージ）】



網膜は目の奥・眼底（がんでい）にある組織です。そこには視細胞と呼ばれる光を感じる細胞です。網膜が剥がれる「網膜剥離」が起こると、見える範囲（視野）の一部が欠け、大変見えにくくなります。網膜剥離が網膜の中心で最も重要な黄斑部（おうはんぶ）にまで及ぶと、視力低下が起こり、放置しておくと失明に至る場合があります。網膜裂孔に対しては、剥離が起こらないよう、レーザー治療を行います。剥離に至った場合は、手術が必要になります。

気をつけたい

子どもの“弱視”



視力が育つ途中で、斜視や屈折異常など何らかの異常によって発達が妨げられると、見たものを脳に伝える回路の成長が未発達のまま止まってしまいます。これが「弱視」です。弱視は早期発見、早期治療が鍵！大きくなってからでは治療が間に合わないこともあります。

Let's try!

* 正方形を 4 つ探せるか

