

花沢アイクリニック通信

第126号

R3年6月



たまには気分転換を。



こんにちは。院長の梅津由子です。

旅行が好きで、連休ともなれば必ずと言っていいほど出かけていた私ですが、昨年からは、海外どころか県外に出かけることもほとんどなくなりました。

子供たちも楽しみにしていた修学旅行が中止になったり、運動会や合唱コンクールまで中止になったりしていると聞いて、本当に心が痛みます。三密を避け、せめて家族で楽しい思い出ができればいいのですが…。

私は、たまには気晴らしもいいかと、先日、飯豊にある水没林でカヌー体験をしてきました。

ご存じの方も多いと思いますが、水没林は、春の訪れとともに大量の雪解け水が白川ダムに流れ込み、満水となった白川湖から柳の木々が生えているかのように見える貴重な光景です。ダム湖が満水になっている4月下旬からの約1か月しか見ることができません。当日はとても天気良くて絶好のカヌー日和



(カヌーは全くの初めてですが)。簡単な操作方法や、転覆した時の対処方法などをレクチャーしてもらい、いざ出発。最初は後ろに乗っている夫と息が合わず、岸に衝突したりしたものの、慣れてくると静かな湖面をスイスイ進むのはとても気持ちのいいものでした。ソーシャルディスタンスは十分だったので、マスクを外して久しぶりにおいしい空気を深呼吸。あっという間の楽しい1時間でした。来年もまた、春の訪れを感じに再訪したい場所となりました。



花沢アイクリニック

〒992-0022 米沢市花沢町2695-1

0238(40)0606

土曜日は昼休みなく、8:30~14:00まで受付です。

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	☺	☺	☺	☺	☺	☺
2:00~5:30	☺	☺		3:00 6:30	☺	2:00 まで

目玉いきいきライフ

目玉いきいきライフのコーナーでは、
目の健康に関する情報や、
耳より情報（眼科だけどっ）をお届けします。

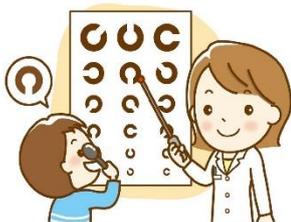


学校検診で指摘されたら

学校検診では、学業への影響があるかどうか、視力や色覚の検査を行います。
また、結膜炎やものもらいなど目の疾患があるかどうかをみます。

<学校検診で通知される視力の目安>

- A (1.0 以上)：教室の一番後ろの席からでも黒板の字を楽に読めます。
B (0.7~0.9)：教室の真ん中より後ろの席でも黒板の字をほとんど読めますが、
小さい字になると見えにくいものがあります。
C (0.3~0.6)：真ん中より前の席でも小さな文字が半分くらいしか読み取れませ
ん。
D (0.2 以下)：一番前の席に座っても、はっきり読み取れません。



近視では、日常生活に不自由がなければ、すぐにメガネをかけなくても大丈夫ですが、後ろの席で黒板の字が見えにくくなったら、眼鏡を用意した方が良いでしょう。眼鏡をかけたからといって、近視の度数が進むことはありません。

遠視では、絶えず目のピント調節を必要とするため、目と体が疲れやすく、学習の能率が悪くなる事があります。学校検診では発見されにくいので、目が疲れやすい、落ち着きがない、飽きっぽい、見えにくそうにするなど、あてはまる場合は、一度眼科で詳しい検査を受けることをお勧めします。

通知を受けたお子さんの中には、CやDでも「不自由ない」といって、そのまま未受診だったり、通知をもらってから1年近く経過してようやく受診したりするケースも少なくありません。お子さんが自分から「見えにくい」と訴えることはあまりありません。見えないのに目を細めるなど無理していると、目が疲れやすくなり授業に集中できなくなります。そのままにしておくと、視力が出にくくなることもありますので、学校検診で再検査の通知をもらったら、早めに眼科を受診しましょう！



新型コロナウイルス感染を防ぐために

学校検診が始まり、再検査の用紙を持参して受診するお子さんが増えてきました。院内での3密を防ぐため下記のようにお願いします。

- ★小さなお子さんなどの付き添いは原則として1名。
- ★混雑時は車内で待機して頂く。
- ★可能な限りのマスク着用と手指のアルコール消毒。

なお、眼鏡処方や初めてのコンタクトレンズ処方など、お時間のかかる方は、後日改めて受診して頂く場合もありますのでご了承ください。



編集後記

学校検診が始まり、今年もよりこ先生とスタッフが眼科検診に行きます！治療が必要な場合もあるので、用紙をもらったら早めに受診しましょう！

ピビ・まめちよ・モモ

