

花沢アイクリニック通信

第94号
H30年10月



「色」の力について



こんにちは。院長の梅津由子です。命の危険を感じるような猛暑が続いた夏が過ぎ、観測史上まれにみる強さの台風や、未明の地震などの爪痕がまだ残る日本列島ですが、粛々と季節は変わり、朝夕はめっきり涼しい秋を感じる今日この頃です。

さて、お気付きの方もいらっしゃると思いますが、9月からスタッフのユニフォームが変わりました。オーソックスな白・ピンク・薄紫など、みんなそれぞれその日の気分で身に着けているようです。

このような変化でもない限り、あまり意識することはないかもしれませんが、普段何気なく生活をしている空間には必ず「色」があります。そんな色には不思議な力が宿っており、ストレスや不安を少なくしたり、力を発揮させてくれたり等、身体に影響を及ぼすことが知られています。

集中力を高める色、リラックス効果のある色、元気の出る色、膨張色や収縮色、暖色や寒色などのたくさんの方に誘導されて私たちは生活をしています。

例えば「白」は清潔な印象、気分を一新させる。

「ピンク」は幸せな気持ち、優しい気持ちになる。緊張をやわらげる。

「紫」は緊張や不安を癒し穏やかな気分を与える。

受診された方が、よりリラックスして診察を受けていただければ幸いです。

その他「赤」は活力を感じ気持ちを前向きにさせ、食欲を増進させる。

「青」は集中力を高め気持ちを落ち着かせる。

「黄」は判断力がUPする。記憶力を高める。

受験生の部屋のカーテンは青系にすると集中力を高めることができますし、ダイニングに赤などの暖色系を使うと料理が美味しく見え食欲が増します。身近にある「色」を見直して、気持ちもリフレッシュしてみたいかがでしょう。



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、8:30~15:00まで

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

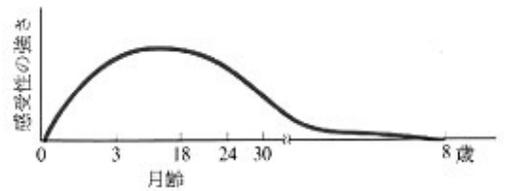
目玉いきいきライフ

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。

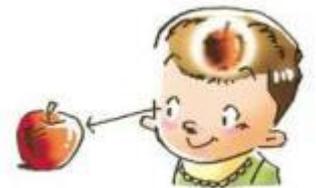
子供の視力の発達について

生まれたばかりの赤ちゃんの視力は0.02程度で、明いか暗いかぐらいしか分かりません。生後、正常な視的環境のもとに育てられれば視力はゆっくりと発達していきます。3ヵ月ごろになると、視力は0.05程度になり、動くものを追って目を動かせるようになります。そして、3歳の終わりごろには1.0が見えるようになります。

視力の発達には感受性期があり、生後1ヵ月から上昇しはじめ、1歳半ごろにピークに達し、その後徐々に減退して8歳ごろまでに消失すると考えられています。



子供の視力が発達するためには、この視覚感受性期に、目から入った像が正常に脳へ送られること、そして、その送られる像は網膜にピントの合った鮮明な像であること、鮮明な像が常に繰り返し送られるということがとても重要となります。



この視覚情報が伝わる経路のどこかに支障があり、片目または両目に鮮明な像が常に繰り返し送られなかった場合、視力の発達は抑えられてしまいます。この視力の発達が抑えられ停滞してしまった状態を「弱視」と言います。

弱視とは、目そのものは健康だけれど、屈折異常や斜視などが原因で視力の発達が遅れているため、メガネやコンタクトレンズで矯正しても視力が上がらない目のことを言います。裸眼視力が0.01でも、メガネをかけて1.0以上見えれば弱視ではありません。

視力の発達が停滞してしまった状態のままにしておくと、大人になったときにメガネやコンタクトレンズをしても視力が上がらず、感受性期は過ぎてしまっているため治療しても効果が出ないということになってしまいます。

スタッフ紹介

名前 ビビ	職業 看護師
血液型・星座 B型・さそり座	趣味 編み物
好きな音楽 ドラゴンクエスト序曲	尊敬する人 みつあき 岩合光昭（動物写真家）

〇月×日 ×曜日 日直



編集後記

おかげさまで当院は今月で9周年となりました。くっきりコンタクトでは、使い捨てコンタクトレンズを購入の方に、とてもお得なポイントカードを差し上げます♪

YASU・まめちよ・やこ

〒992-0022 米沢市花沢町2695-1
TEL: 0238 (40) 0606