



み身み診より通信

子どもの近視ってどんなもの？

滝川市立病院

眼科 主任医長 堤 雅幸



9月の各種
無料相談日

▶行政相談

16日(火)

くらし支援課

☎ 28-8012

子どもが学校で黒板の字が見えづらくて困っている、なんてことはありませんか。それは近視があるせいかもしれません。

近視とは、眼球が前後に伸びることで網膜に合っていたピントが合わなくなってしまうものです。ピントが近くにずれてしまっているため、近くのは見えるのに遠くのは見えなくなってしまうのです。

眼球にも成長期というものがあり、それは体と同じく、小学生のころに大きく成長して徐々に小さくなっていきます。そのため、成長期にどのように対応するかで近視の進行が変わっていくのです。

近視を悪化させる要因としては室内遊びや、近くを見る作業の増加があげられます。逆に悪化させないためには、これらに対処していけばいいのです。屋外で過ごす時間を増やし、勉強などで近くを見る場合も、定期的に目を休める時間を設けていくのが大切です。これらは家庭でできる対応となりますが、ほかにも薬で近視の進行を抑制するという方法があります。薬は近視を改善してはくれないものの、悪化する進行速度を抑えることで眼鏡の度数がどんどん強くなるのを抑えてくれ

ます。

近視が進行していくと、将来的に緑内障や網膜剥離も起こりやすくなるため、それらを予防することにもつながります。なお、この進行抑制の薬は保険診療対象外となっているため、市立病院では対応していません。興味がある方は個人の眼科クリニックに問い合わせてみましょう。

すでに生じている近視で見えづらくことへの対処は眼鏡となりますが、度数は成長とともに変化するものです。また度数が変化していなくても、長く使用していると傷などがついて見えづらくなってしまったりすることもあります。そのため見え方に不便を感じたら、眼科や眼鏡屋で相談し適切な度数、レンズに調整するようにしましょう。

眼科では目の度数を確認するのに散瞳薬を使用して検査をする場合があります。薬を使用するのは目の緊張をとって度数を測定するためで、眼底検査も行い目の病気がないかを調べます。これは数時間まぶしさを感じたり、視界がぼやけて見えたりするという効果もありますので、検査をした後は注意して生活するようにしましょう。

人は外界からの情報の80%を視覚から得ています。快適な視覚は世界観をより良いものへと変えることでしょう。

9月の「みんなのタキカワ」

FMG'Sky (77.9MHz)
毎週金曜日 12時15分～12時30分
(再放送 同日18時～18時15分)

5日 広報ひろい読み

12日 知っておこう！成年後見制度

19日 令和7年国勢調査にご協力を！

26日 はじめまして！滝川市役所1年生

企画課 TEL 28-8017



第64号



最新情報はFBで



今回のつぶやきは
アメリカ出身 国際交流員
ビエルマ・アシュリーさん

Hello! アメリカ出身のアシュリーです。アメリカの国立公園の絶景は世界中で有名です。広大な国土と、気候の多様な国なので、さまざまな自然の景色を見ることができます。

今月の「CIRのつぶやき」では、特に私がお勧めするアメリカの国立公園の特徴を紹介しています。虹のように彩られた温泉や、とても大きな木について、読むだけで冒険に出かけたくくなります。ぜひご覧ください。

CIRのつぶやき

災害情報のほか
イベント情報や
行政情報を発信



Hokkaido ebooks

↑WEBで

「広報たきかわ」

↓アプリで

マチイロ



市公式
LINE



行政に関するご意見・ご提言

広報たきかわへのご意見・ご感想



リンク集

◆ついにコスモスマラソンの詳細が広報に載りました。過去2年取材当番だったのですが、今年は外れたので、マラソン運営補助スタッフになりました。陰ながら皆さんの活躍を応援しています。📢
◆「ヒグマ検定(P3参照)」にチャレンジ。知らないこともたくさんあり勉強になりました。📢
◆今月号の表紙を撮影した日は晴天で、とても暑い一日でしたが、放水体験の撮影時はホースの水が霧のように舞い、思いがけず涼しさを感じながら、快適に撮影することができました。📷

編集後記