

朝晩は涼しく、肌寒く感じる日も増えてきました。登下校時は長袖の羽織を着ている児童が増えてきましたが、日中は元気にグラウンドや体育館でたくさん運動し、額いっぱい汗を流す様子もまだまだ見かけます。気温差に合わせて服装で温度調節ができるようご配慮お願いいたします。

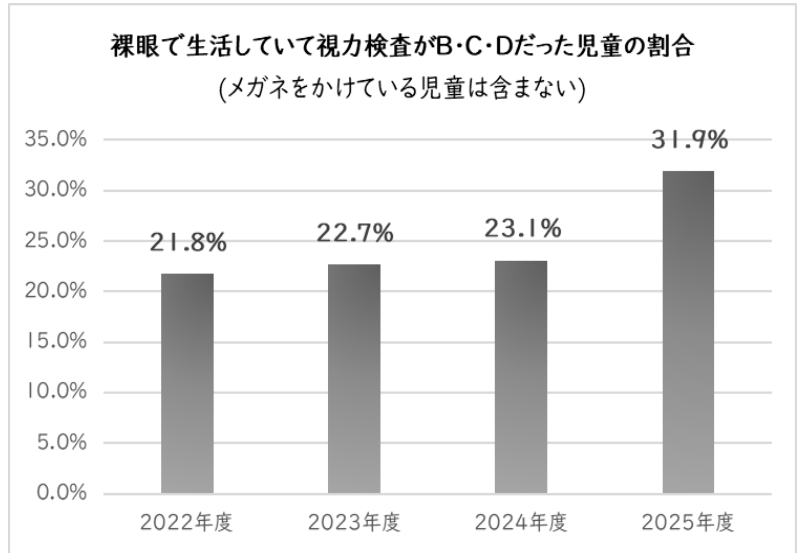


屯田北小のみなさんの視力の変化

昨年よりも裸眼視力1.0未満の児童が増加

右のグラフは4年間の屯田北小学校の視力検査結果をまとめたものです。裸眼で生活している児童で視力1.0未満(視力検査でB・C・Dに当てはまります)と推測される児童が今年度30%を超えました。

学校の視力検査はスクリーニング検査ですので、「B以下と言われたから、必ずしもB以下」とは限りませんが、その後眼科を受診した児童の多くがB以下でした。また、眼科を受診して視力はAと診断されている児童でも遠視や乱視等の屈折異常の早期発見につながっています。そして、近年の研究から近視は将来の目の病気(後嚢下白内障、緑内障、網膜剥離、近視性黄斑変性症)のリスクを高める可能性があるということがみえてきています。子どものころから近視の発症や進行を予防することが大切です。健康診断後に黄色の用紙で「視力検査結果のお知らせ」が渡されたご家庭は早めの受診をお願いいたします。



スマホの不適切な使用による

「急性内斜視」

に注意!

近くのものを見る時は、左右の目を内側に向ける筋肉が縮んで、「寄り目」のような状態になります。ところが、近くのものばかり見る生活が長く続いていると、この筋肉が縮んだまま戻らなくなり、片方の目が内側に寄ってしまうことがあります。これが「急性内斜視」で、とくにスマホを近距離で長時間見続けることによって、発症しやすくなるのではないかとされています。



急性内斜視になると...

ものが二重に見えたり、ものの立体感や遠近感がわかりにくくなったりします。



急性内斜視を防ぐために

- 一日のスマホの使用時間を短くする
- スマホを見る時は、画面から目を30cm以上離す
- 20~30分に一回はスマホから視線を外し、遠くを見るなどして休憩する



本校の眼科健診でも後天性内斜視の可能性が高い児童が数名見つかっています。

後天性内斜視は治療が難しいケースもあるので、予防することがとても大切になります。