

明日は眼科・歯科健診があります！

対象学年：全学年

明日の歯科・眼科健診は… 時 間：8時50分から で実施します。
場 所：図書室

◆眼科健診では、こんなことを調べます。

目の病気がないか、目の周囲、まつげ、結膜、角膜などの異常の有無を調べます。
また、内斜視や外斜視などの異常がないかも調べます。

眼科健診の受け方



検診の前には目をこすらないように注意してください。



前髪が目にかからないように、ゴムやヘアピンなどで留めます。

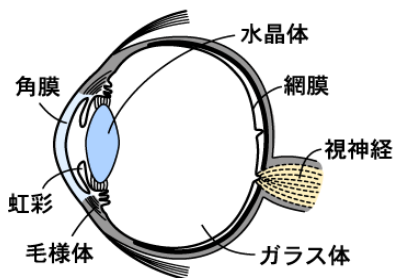


メガネやコンタクトレンズを使っている人は忘れずに持ってきます。



目にかゆみや痛みがある人は先生にきちんと伝えます。

◆目のしくみについて



目は、ボールのように丸い球の形をしています。目を眼球と呼ぶのは、このためです。目は、カメラとよく似た仕組みになっていて、カメラのレンズに当たる部分を水晶体といいます。水晶体は、厚みをいろいろ変えて、遠くのものや近くのものにピントを合わせています。また、カメラのフィルムのような働きをしているところを、網膜といいます。網膜は、光や色を感じると、神経によってこれを脳に伝えます。脳に伝わることによって、「物が見える」という感覚が起こります。

ICTと目の健康が気になります

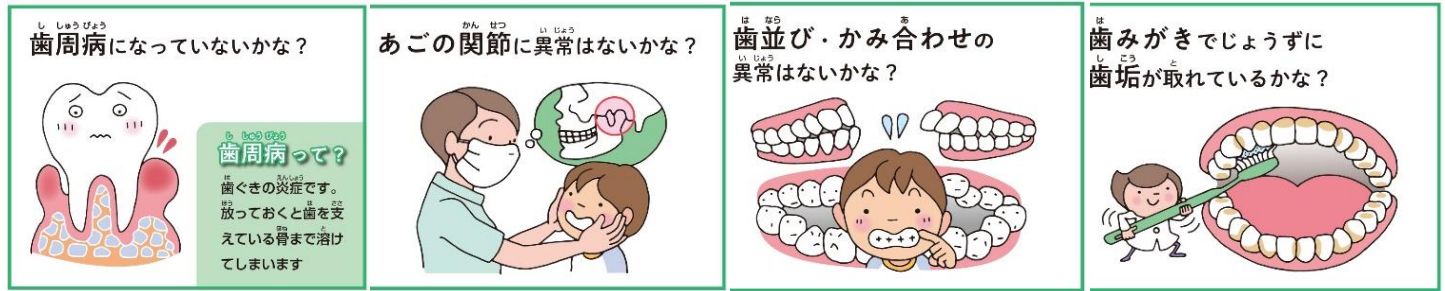
近 視の子どもは約40年前に比べてなんと2倍。近視の原因は遺伝もありますが、普段の生活が影響している部分もあるようです。気になるのはスマホやタブレット端末の使い方。小さい画面だと気がつかないうちに顔を近づけて見てしまっている人も多いのです。

近くを見続けると、目の筋肉が疲れて一時的な近視（仮性近視）になります。その状態

が続くと本当の近視に繋がることも。近視が進むと眼球の形が変形してしまう場合もあり、そうなるともう視力も元には戻りません。近視は20歳まで進むといわれているので、それまでの対策が大切なのです。

学校の健康診断は年に1回ですが、視力は日々変化しています。健康診断で大丈夫だったとしても、普段の学校生活で見えにくさを感じたりしたら迷わず眼科へ。

◆ 歯科健診では、次のようなことを調べます。



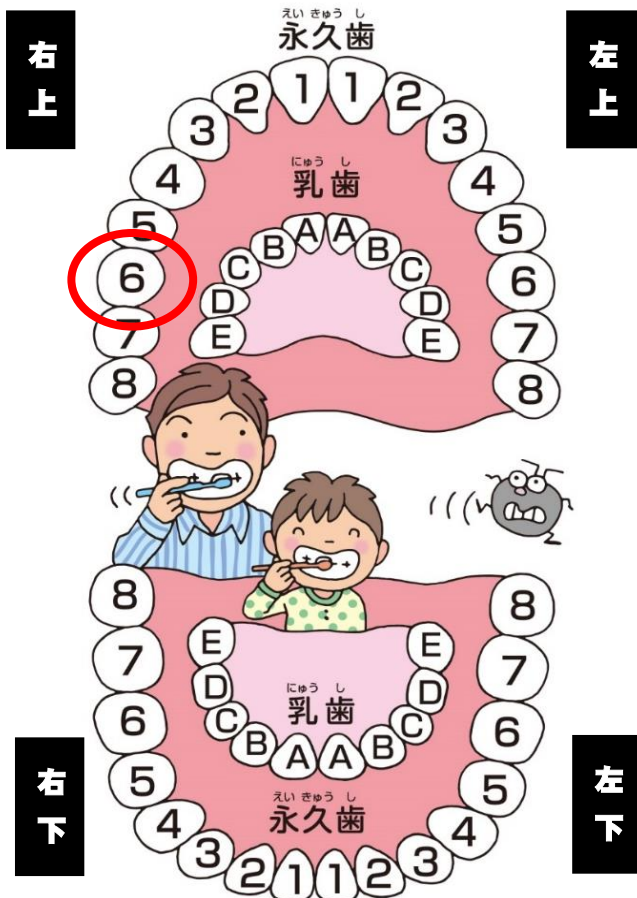
◆ お知らせが来たら早めに歯医者へ！

歯科健診が終わった後、疾病の恐れがある人に対して「お知らせ」という水色の紙を渡します。水色の紙をもらった人は、なるべく早めに歯科医院を受診してください。特にむし歯については、痛みがでる前の早めの治療が大切です！

むし歯のすすみかた



◆ 歯医者さんが言っている暗号の意味は？



番号	歯は前から順番に1番、2番…と数えます。
斜線 しゃせん	むし歯になったことがない健康な歯
○ まる	むし歯になったけれど治療した歯
×	抜いたほうがいいかもしれない乳歯
CO シーオー	むし歯になりかけの歯
GO ジーオー	歯ぐきの軽いはれ・出血
C シー	むし歯
G ジー	歯肉炎 歯周炎



「右上6番C」と言われたら、上の図のマルで囲まれている歯が、むし歯という意味です