

すこやかに

平成 30 年 5 月 30 日
京都市立松尾中学校
保健室 No.9



眼科検診があります。

日時：5月31日（木）1～4限 全校生徒

検査会場： 保健室

学校眼科医の河野先生にみていただきます。

眼科検診では、目のまわり、まつ毛、まぶた、結膜、角膜などに、病気の疑いがないかを調べます。また、メガネやコンタクトレンズを使っている人は、何か目のトラブルが起こっていないかも調べます。



検査時の注意!

- ★ 前髪が長く、目にかかっている人は、短く切るか、ゴムで結ぶ。
- ★ メガネを使っている人は、検査の時にはずす。
- ★ コンタクトレンズを使っている人は、そのままで検査しますが、「コンタクトです。」と伝える。
- ★ 自分の順番になったら、「番号と名前」をはっきり言う。

眼科検診の結果、医療機関での検査や治療が必要な人には、「お知らせ（受診勧告書）」を配布します。元気に学校生活を送るために大切なことですので、できるだけ早く医療機関へ受診し、必ず受診結果を学校へご提出ください。

み を守るのが、やく目です

まぶた

- まばたきで目に涙をいきわたらせます
- 刺激があると、反射的に閉じて目を守ります



涙

- 目の表面の乾燥を防ぎます
- 目に栄養を届けています
- ばい菌などの感染から目を守っています



まつ毛

- ゴミが入るのを防ぎます
- 強い光をさえぎります

急増！スマホ首 あなたはどこにあてはまる？



頭痛、肩こり、首こり、めまい、手のしびれ…
そんな症状はありませんか？
自分でチェックするのは難しいので、お友だち同士で「角度チェック」してみませんか？