

注目!

10月10日は
目の愛護デー

10月は目の愛護月間です

～人生100年 大切にしよう目の健康～
目に関するお困りごと、お近くの眼科専門医にご相談ください

アイフレイルとは？

加齢による目の機能の低下のことを言います。

アイフレイル ☑ チェックリスト

- ☐ 目が疲れやすくなった
- ☐ 新聞や本を長時間見ることが少なくなった
- ☐ 眼鏡をかけてもよく見えないと感じることが多くなった
- ☐ 信号や道路標識を見落としそうになったことがある
- ☐ はっきり見えない時にまばたきをすることが増えた
- ☐ 段差や階段が危ないと感じたことがある
- ☐ 夕方になると見えにくくなるが増えた
- ☐ 食事の時にテーブルを汚すことがたまにある
- ☐ まぶしく感じやすくなった
- ☐ まっすぐの線が波打って見えることがある



2つ以上チェックが付いた方は
要注意！

一度、眼科へご相談ください。

緑内障とは？

日本の視覚障害の原因疾患は、緑内障が **1位** です。

眼圧が高くなることで、目と脳をつなぐ視神経が傷つき、視力が落ちたり、視界が欠けて見える病気で、放置すると失明してしまう場合があります。

中高年から増え始め、40歳以上の20人に1人が緑内障であるといわれています。

緑内障は早期発見・治療することで、進行を抑え、失明を防ぐことができます。

緑内障検診を受けましょう！

富山市では、対象の方に緑内障検診の受診券を送付しています。

対 象 者：富山市の国民健康保険被保険者や健康保険加入者の被扶養者など

対象年齢：今年度45歳・50歳・55歳の節目年齢の方

受診期間：令和8年12月28日(月)まで



<問い合わせ先> 富山市保健所地域健康課 076-428-1153