



10月は
「目の愛護月間」
です

わたしたちの生活の中で、目は非常に重要な役割を担っています。読書や運転、くらしの中のほとんどを視覚に頼って生きています。定期的に眼科検診を受けることで病気の早期発見や視力回復につながる可能性があります。ぜひこの機会に目に関する知識を深め、目の健康と向き合ってください。

目の愛護デー

守ろう目の健康、防ごうアイフレイル
アイフレイルは加齢による目の機能低下です
40才を過ぎたら、点検という感謝を！

「見える喜び」は今日の アイフレイル 予防から

目の健康相談はお近くの眼科専門医へ

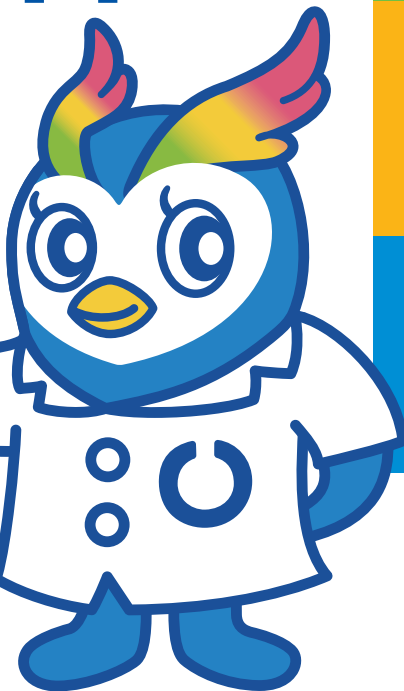
10月10日は**目の愛護デー**

眼科専門医はあなたの眼の健康をサポートします

来年イベント開催予定

めめぺん

©2024日本眼科医会
日本眼科医会 公式マスコットキャラクター



あなたは大丈夫？ 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
感じるようになった



☐ 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



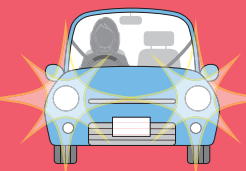
☐ 夕方になると
見にくくなること
が増えた



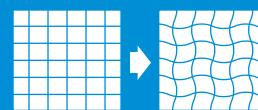
☐ 食事の時に
テーブルを汚すことが
たまにある



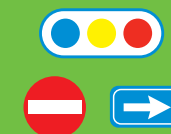
☐ まぶしく
感じやすくなった



☐ まっすぐの線が
波打って
見えることがある



☐ 信号や道路標識を
見落としそうに
なったことがある



公益社団法人 日本眼科医会

<https://www.gankaikai.or.jp/>

主催：厚生労働省 都道府県 公益社団法人日本眼科医会

後援：文部科学省

協賛：公益社団法人日本医師会 公益財団法人日本眼科学会

公益財団法人日本アイバンク協会 公益財団法人日本失明予防協会



2つ以上チェックが
付いた方は要注意！

詳しくは、ホームページをご覧ください