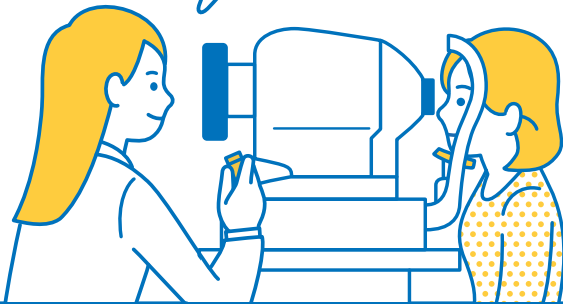


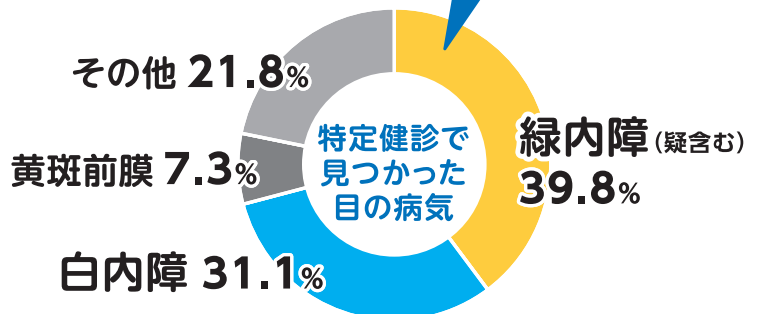
目の健康寿命をのばそう

松江市国保特定健診では眼底検査が無料で受診できます！

「見えにくい」に潜む病気は
視力検査だけではわかりません。
年1回は、眼底検査を！



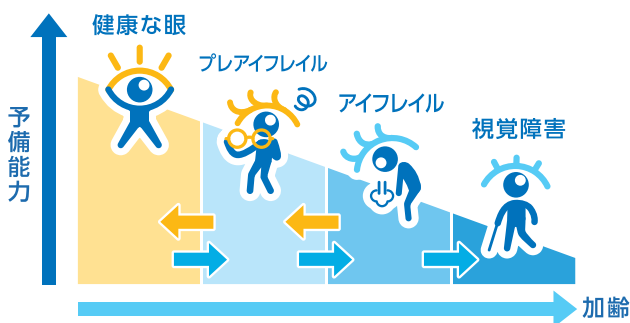
特定健診で失明原因1位の
緑内障が見つっています



令和6年度の特定健診で新規に要精査と判定された目の病気の割合
※一部の医療機関では、緑内障の検査を実施していない場合がありますので、詳しくは受診希望の眼科医院へご確認ください。

「アイフレイル・セルフチェック」をしてみよう！

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



「アイフレイル」って何？

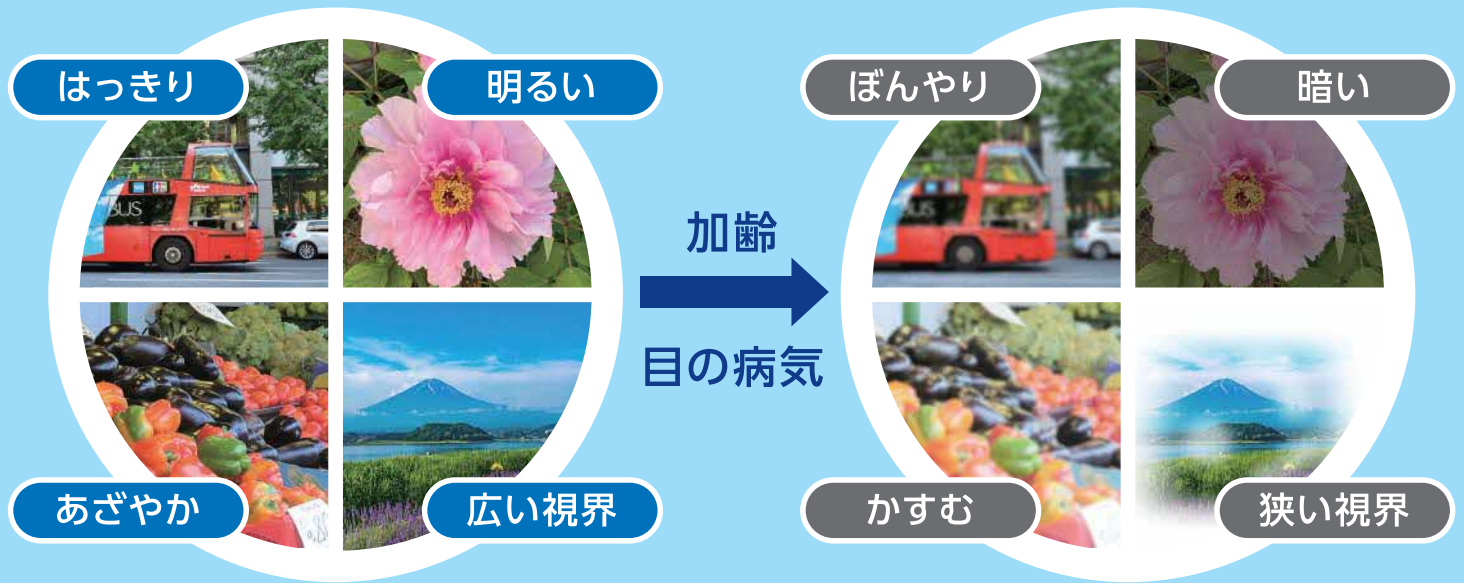
“フレイル”（虚弱）は健康寿命を長く保つためのキーワードです。目も例外ではありません。
「アイフレイル」は加齢による目の機能低下のこと。気づかぬうちに深刻な障害が進まないよう、アイフレイルを早期に見つけることが大切です。

2つ以上当てはまった人はアイフレイルかも!?

アイフレイルについては
うら面もチェック



アイフレイルは加齢による目の機能低下です。



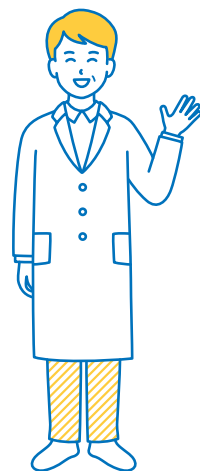
目の変化は全く自覚のないまま、
ゆっくり進むこともあれば、突然起きることもあります。

アイフレイルが気になる方は、 「アイフレイル アドバイスドクター」にご相談ください。

アイフレイル アドバイスドクターはアイフレイルの診療や啓発活動を行っている眼科医です。
右下のマークのある眼科医ではアイフレイルについての相談に積極的に取り組んでいます。
アイフレイルの様々な症状に対して、適切なアドバイス・対処法・治療を提供します。

このマークが目印

松江市内の
アイフレイル アドバイスドクター
リストもあります。
くわしくは
「アイフレイル啓発公式サイト」
をご確認ください。



※眼科医での検査は診察となるため、別途料金が発生する可能性があります。