

ほけんだよりピア peer

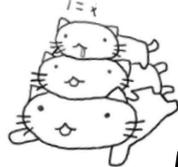
「ピア」
とは仲間の
ことです

10

2015 10 大阪市立今津中学校

10月10日は
目の愛護デー

と、いうことで・・・



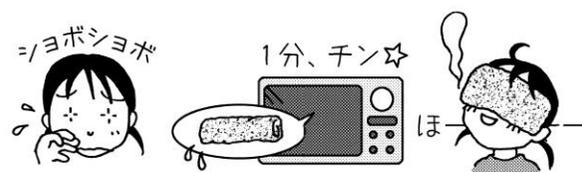
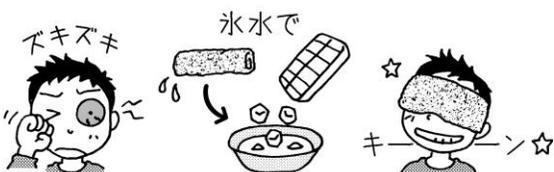
10月は目の特集～!

見え方に変わりはありませんか?
定期的にチェックしましょう。

スマホ、ゲーム、夢中になるのもわかるけど
たまには遠くをながめて休憩を!



目の愛護デー 目にやさしい生活を



保健室のひとりごと

私は先天的な近視と乱視があるために、ずっとメガネやハードコンタクトレンズのお世話になっています。最近では老眼もきつく、夏休みには遠近両用のソフトコンタクトレンズに変えました。ソフトコンタクトレンズのケアってめんどくさいですね・・・でも、目の中に入れるものだから大切に扱います。最近、みんなコンタクトでの目のトラブルとても多いです!大切に扱って、定期的に眼科で見てもらうようにしましょうね。



コミュニケーションを広げる

カラーユニバーサルデザイン

「カラーユニバーサルデザイン」とは、色覚異常などによって色の見え方が異なる人にも情報がしっかり伝わるよう、色づかいや表示に配慮したデザインのことです。男女で平均40人に1人くらいの割合で、色の見え方に特性をもつ人がいると言われています。相手に伝わりやすいようにすることは、どんなコミュニケーションにおいても基本です。また、色の見え方が異なる人に配慮することで、そうでない人にとっても、よりわかりやすいデザインにつながっていくと考えられます。

具体的には...

- 明るさ、組み合わせなども含め、見分けやすい色づかいで表す
- 文字を添えたり形を変えるなど、色なしでも理解できるように表す



みんながわかりやすい、使いやすいと実感できるものを増やして、暮らしやすい社会に。日々の生活の中で、1人ひとりが意識していきたいものです。

保護者の方へ

色覚検査について

色覚に特性のある方は男子の5%、女子の0.2%の割合で見られます。色が全く分からないのではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど支障がありません。しかし、状況によっては、色を見誤ったり、周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活における配慮が望まれます。

本人には自覚のないことが多く、学校生活を送るうえで、また、進学・就職に際して自分の色の感じ方を知っておくのは大切なことです。治療方法はあ



りませんが、学校でも簡単な検査ができますので、今までに気になることがあるかたは、お子様とよく相談していただいて、担任の先生に申し出てください。検査は随時個別で行います。また、検査結果は後日お知らせいたします。