



10月から3歳6か月児健診で視力の屈折検査を導入します！

子どもの50人に1人が、弱視の疑いがあるといわれています。市では、幼児の弱視などを早期発見し、適切な治療につなげるため、3歳6か月児健診に、これまで実施していたランドルト環での視力検査※に加えて、屈折検査を導入します。3歳6か月児健診について、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

※アルファベットの「C」のようなマークを使った検査方法

問 子育て相談センター(さわやか保健センター3階)
☎561-2331、FAX561-2491



◎弱視治療は早期発見、早期治療が大切です

子どもの視覚は生まれてから6～8歳くらいまでに発達し、5～6歳ごろには大人と同じ、1.0～1.5の視力となります。しかし、強い遠視や乱視、斜視などの要因で、幼児期に視力の発達が止まってしまう状態を「弱視」といいます。その状態を就学時まで放っておくと、治療用眼鏡をかけても視力が良くなることがあります。

子どもは見えにくさを自覚していないことが多く、日常生活の中では家族も気付くことが難しいといわれています。そのため、視力検査が可能となる3歳6か月児健診で、視覚の異常を早期に発見し治療することが重要です。5歳までに治療することで効果が高まり、ほとんどの子どもに視力の改善がみられます。

◎屈折検査とは

スポットビジョンスクリーナーというカメラのような検査機器を用いた検査です。検査は数分で終了するため、子どもの負担は少ないです。遠視や近視、乱視といった屈折異常や斜視などのリスクの有無を判定することができますが、全ての視覚の異常を発見できるわけではありません。ランドルト環による視力測定と併用することで、視力検査の精度を高めることができます。



地域眼科医からのひとこと

お子さんの片目が見えていなくても、そばから見れば正常に見えます。健診で発見して治療すれば治るものが、まれに治療時期を過ぎてから発見されるお子さんがいます。「なぜもう少し早く発見できなかったのか」と医師としてつらいものがあります。3歳6か月児健診を受診して、精密健康診査を勧められたときは、必ず眼科を受診していただきたいと思います。

早期発見、早期治療につながった人の声

3歳6か月児健診の視力検査で子どもの目が見えていないことが分かり驚きました。

眼鏡を嫌がるかと心配でしたが、見やすくなり、うれしくて喜んでかけています。

治療用眼鏡は、健康保険から費用の助成を受けられたので負担なく購入できました。



10月は「3R推進月間」、「食品ロス削減月間」です。市でごみの組成調査を行ったところ、家庭から出るごみの中には「減量が可能な生ごみ(食品ロス)」が約10%、「資源化が可能な廃棄物」が約43%含まれていることが分かりました。循環型社会をつくるためには、一人一人の行動が大切です。日々の生活の中で、できることから始めてみませんか。

問 資源循環推進課(馬場町) ☎562-6361、FAX566-1694

ごみ分別アプリ

10月から、ごみ分別アプリが新しくなります。マップ機能や多言語対応機能などがリニューアルします。



ダウンロードはこちら

3Rを始めよう！

環境を守るために、ごみの排出を減らしましょう。3Rの中でもごみを減らす「リデュース」、繰り返し使う「リユース」の2Rを始めると、ごみを減らすことができます。まずは、身近なことから取り組みましょう。

1 Reduce ごみを減らす

- 食材を買いすぎない。食べ残しをしない。
- 紙コップや割りばしなど、使い捨ての商品を使わない。

2 Reuse 繰り返し使う

- フリーマーケットやリユースショップを積極的に利用する。
- 不用品をもらう・譲る。

3 Recycle もう一度資源として利用する

- 古紙の分別を徹底し、資源としてごみに出す。
- 生ごみを堆肥化する。

食品ロス(フードロス)とは

売れ残りや食べ残しなど、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことをいいます。日本では、年間522万トン以上の食品ロスが発生し、1人当たり毎日ご飯茶碗1杯分相当の食事を食べずに捨てている計算になります。環境や健康に優しい取り組みで食品ロスを減らしましょう。



市の取り組み

市では、家庭や事業所から出る食品ロスの削減のために、さまざまな啓発を行っています。

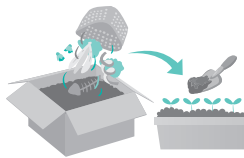
生ごみ処理容器や段ボールコンポストの普及促進

生ごみの乾燥や堆肥化により、生ごみを減量させることができます。

- ・生ごみ処理容器購入費補助金事業(予算限り)
- ・段ボールコンポストの販売

ちょっと小話

段ボールは通気性が良く、生ごみの水分を逃がしたり、発酵に必要な空気を通したりするのに適しています。臭いも少なく、場所も多く取らないので、集合住宅のベランダでも取り組むことができます。



3010運動+

食事開始後30分と食事終了前10分を、自席で飲食を楽しむ「3010運動」に、健康づくりを加えた「3010運動+」の普及啓発をしています。

フードドライブの啓発

家庭や職場で余っている食品を集め、必要な人に寄付する活動の啓発をしています。

3キリ運動の啓発

食材を無駄なく購入して「使いキリ」、料理は残さず「食べキリ」、水気を切ってごみを出す「水キリ」の3キリ運動を啓発しています。