

「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

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



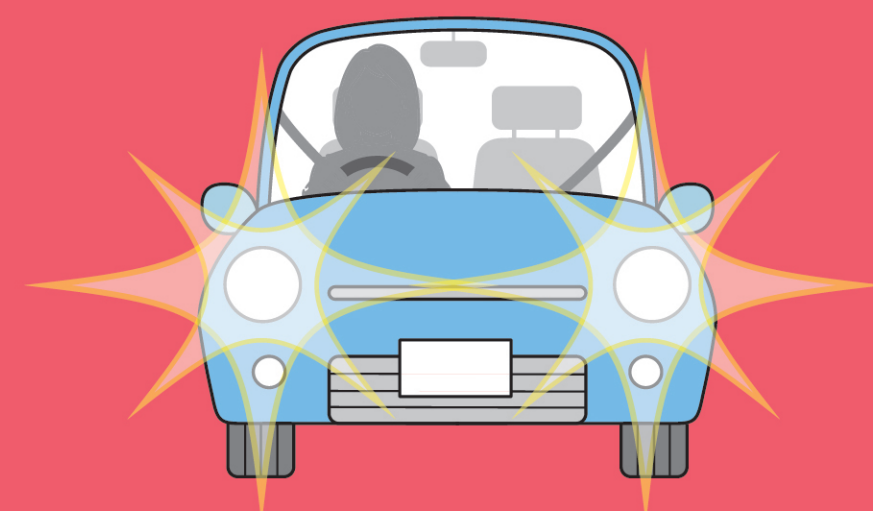
夕方になると
見にくくなること
が増えた



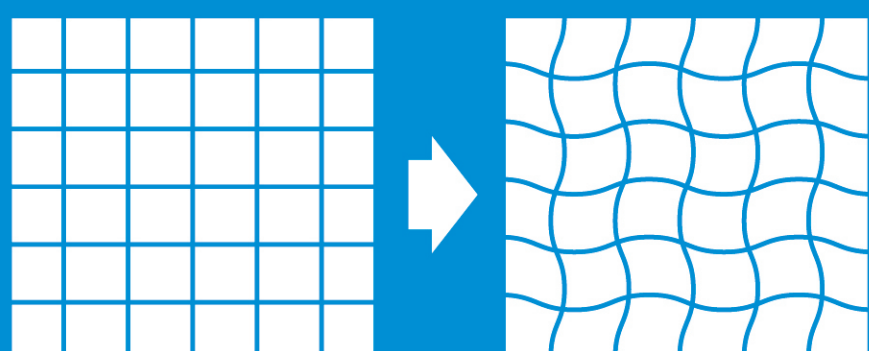
食事の時に
テーブルを汚すこと
がたまにある



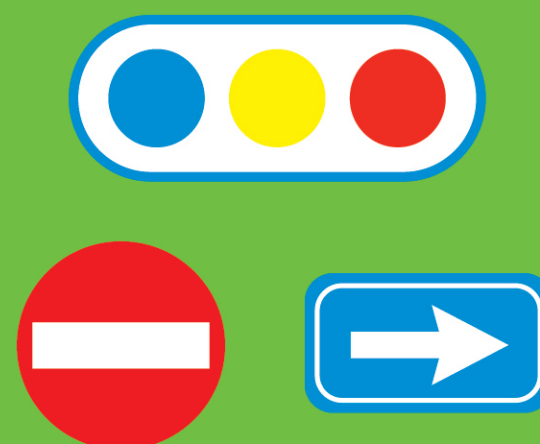
まぶしく
感じやすくなった



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



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

10月10日は
目の愛護デー

眼科専門医はあなたの目の健康を
サポートします



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