

保護者・生徒の皆様へ



カラーコンタクトレンズ でトラブル多発



鳥商生の皆さんへお知らせ

本校生徒の中にもカラーコンタクトレンズを装着している人を時々見かけます。

(注):本校では、カラーコンタクトレンズの使用は禁止されています。

近年、瞳の色を変えるおしゃれ目的の、カラーコンタクトレンズを使用する若い女性が増加し、使用者の間で目に障害を起こすケースが多発しているそうです。

主として視力矯正の為に使用されるコンタクトレンズは、眼科専門医による検査と、適切な処方を受けることが義務付けられています。度なしカラーコンタクトレンズについても、平成21年より同様に高度管理医療機器として薬事法の規制対象になりました。

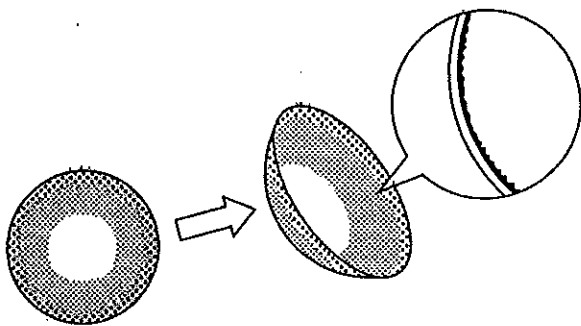
しかし、いまだに目の障害の事例は増加しているそうです。



おしゃれ用カラーコンタクトレンズは、平均的な視力矯正用コンタクトレンズより酸素透過率が低く、長時間の装用に向いていないことが分かっています。

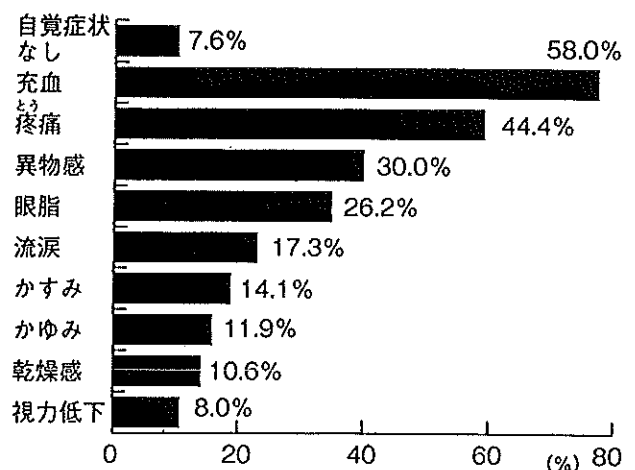
また、カラーコンタクトレンズで障害を起こしたほとんどの人の場合が、購入前に眼科専門医の診察を受けていなかったそうです。目はとてもデリケートな器官ですから、おしゃれ目的で、目に負担をかけるカラーコンタクトレンズの使用は避けるべきです。

コンタクトレンズを使用している鳥商生の皆さん、眼科専門医で定期検査を受け、正しく使用しましょう。

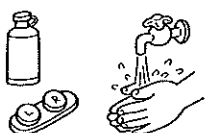


模様のある面が目の表面に傷をつけるケース也多発しています。

自覚症状（複数回答）



自覚がなく障害が見つかる例もあることから、定期的な診察の必要性がわかります。



本当に目に入れて大丈夫かな？



調査：日本コンタクトレンズ学会 カラーCL障害調査小委員会

調査期間：2012年7月1日～9月30日 調査対象：395名



【性教育とは】

性教育とは、かけがえのない自他の命を大切に、男女の体の仕組みと変化を知ることによって相手を思いやり、互いを尊重・理解しあい、男女のよりよい人間関係の中で生きていこうとする生き方を問う教育です。

鳥商校の「平成25年度 性教育講演会」は次のとおりです

学年目標	【1年生】	性についての理解を深め、望ましい男女交際について考える。	
	【2年生】	性に関する心と体（妊娠、病気など）についての知識を深め、よりよい男女関係について考える。	
	【3年生】	これから社会人になるにあたり、男女の人間関係について責任ある行動選択ができるように意識を高める。	
講演会	【1年生】	日 時：平成25年10月31日（木） 6限目 場 所：武道場 演 題：「男女のよりよい関係について」 講 師：ひかり助産所（助産師） 平井和恵 氏	
	【2年生】	日 時：平成25年11月14日（木） 5・6限目 場 所：大体育館 演 題：「いのちとからだの話 ～性感染症を学ぶ～」 講 師：ミオ・ファティリティ・クリニック 看護師 葉山美紀子 氏	
	【3年生】	日 時：平成25年11月14日（木） 6限目 場 所：武道場 演 題：「社会人としての生と性」 講 師：鳥取県青少年育成アドバイザー 芳村恵子 氏	

保護者様へ御案内

保護者の皆様にも公開しています。生徒たちと共に考える一助にいただければと思っています。（受付等はありません。御自由にお聞きください。）

お知らせ

＝平成25年9月26日、健康教育講演会を実施しました＝

今年の平成25年度は、おおもとりトレーナーROOM 大森浩司先生をお招きし「運動の大切さ」について講演していただきました。

大森先生からは筋肉を増やす有酸素運動の大切さ、筋肉にエネルギーを与える栄養素の重要性、成長ホルモンが分泌するゴールデンタイム（夜11時～1時）に眠っていることがポイントであること、姿勢（体幹）の大切さ等、日常生活リズムを規則正しく整えることこそが重要で、それによって健康度は高くなり体力は向上し脳にも良い影響を与えることを学びました。

