

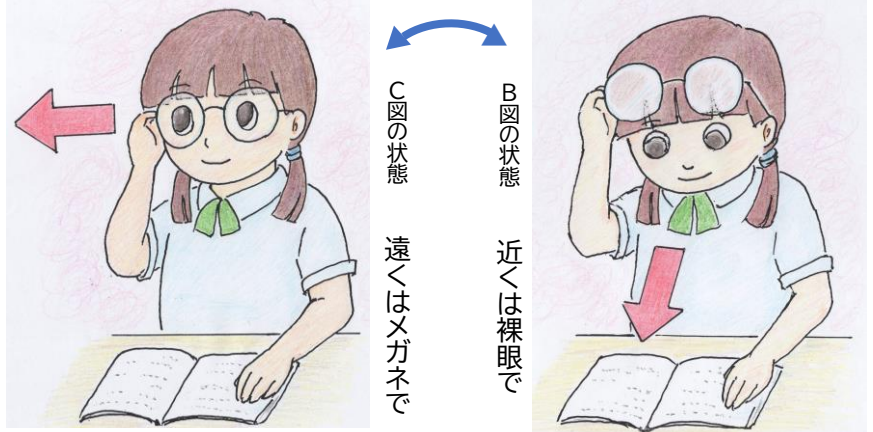
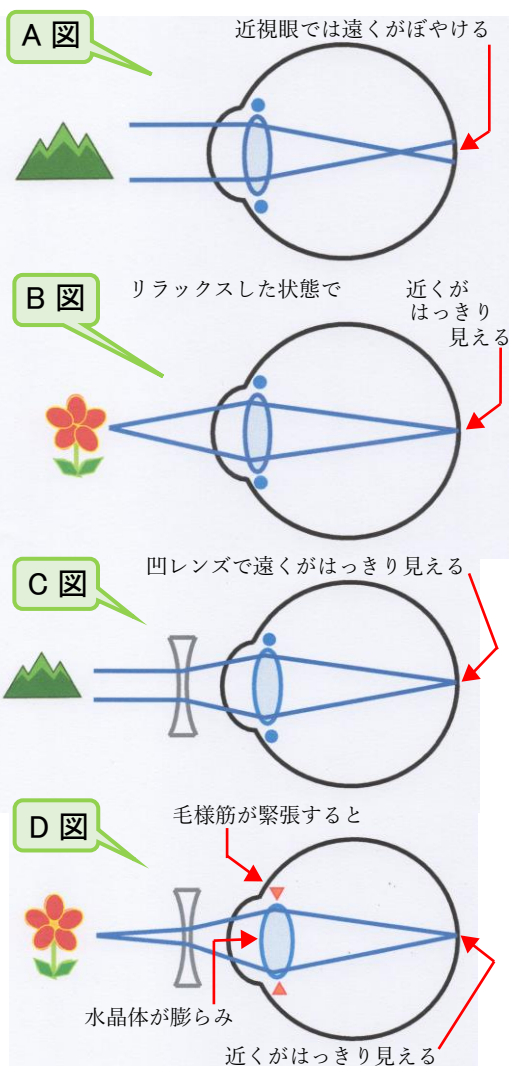
# 島山眼科 情報室

24

## 近 視

近視の目は、遠くを見た時、網膜より前にピントが合って、網膜にはピントが合いません。どんなに頑張っても遠くがぼやけます(A図)。その代わり、近くは はっきり見えます

(B図)。遠くがぼやけて、近くがはっきり見えるのが近視です。近視の目で遠くをはっきり見るためには凹レンズのメガネをかけます(C図)。適切な度数の凹レンズで、遠くがはっきり見えます。メガネをかけて近くを見る時は、水晶体の周りの毛様筋を緊張させて水晶体を膨らませます。すると近くにピントが合って、近くがはっきりと見えます。(D図)。近視の人はメガネやコンタクトレンズを使って、C図の状態とD図の状態を瞬時に切り替えて遠くも近くもはっきりと見ています。「遠くの黒板を見るときはメガネをかけて、近くの机の上で読み書きするときはメガネをはずす」という



使い方はC図とB図の状態を切り替えることで遠くも近くもはっきり見えて、目は疲れることも少ない、つまり近視が進行しづらい、理にかなった使い方と言えます。ただしメガネをかけたりはずしたりという煩わしさがありますし、コンタクトではそんなことはできません。

メガネをかけて近くを長時間見続けると、D図の状態が長く続いて、近視が進行しやすくなります。

近視が強くなってくると、メガネをはずしても近くが見にくくなります。長時間連続してスマホやパソコンを見たり、細かい作業をしなければならない時、つまり、**近くを見続ける時間が長い場合**は、近くにピントが合ったメガネ(老眼鏡)を使えば、目の疲れが少なく、近視が進行しにくいようです。長時間近くを見る場合は、近くを見る時だけ、近用の老眼鏡をかけましょう。あなたが**若くても**老眼鏡を掛けて下さい。そうすれば目の疲れが少なくて済むだけでなく、近視の進行が遅くなります。

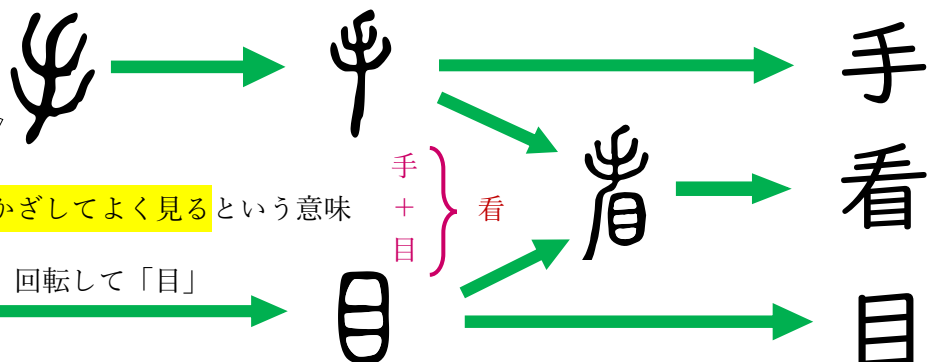
## 古代の漢字 看

5本の指を広げた形で「手」⇒

看護の「看」は**目の上に手をかざしてよく見る**という意味

目の形⇒

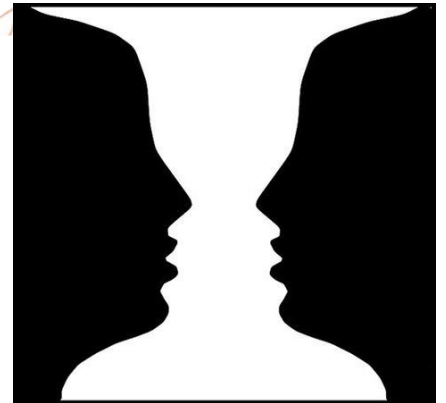
90°回転して「目」



# ぎ ゃ ら り ～

## ルビンの壺

右の図は「ルビンの壺」と言います。1915年頃、デンマークの心理学者、エドガー・ルビンが考案しました。真ん中の白い部分に注目すると、壺か花瓶のように見えます。左右の黒い部分に注目すると、向かい合う2人の横顔に見えます。この時、真ん中の白い部分は背景として認識され、壺としては認識されません。消えてしまいます。目には見えていても、脳は壺と認識しないのです。もう一度真ん中の白い部分に注目すると壺が意識されて、黒い部分は横顔としては認識されず、背景として消えてしまいます。脳は自分が見たいと思うものだけを見ているということでしょうか。



下の絵はルビンの壺と同じ構図です。中央に白い壺、左右に向かい合う爺さんと婆さんの横顔……。ここまで描き込むといくら真ん中の白い壺に意識を集中しても両側の人物は消えませんか。作者もそのことを楽しんで



でいるんだと思います。この爺さんと婆さん、近づいてよく見ると、座った2人の若者に見えます。



婆さんの鼻先は肘、目は顔、目の下のしわはネックレス、口は腰ひも、顎は膝、イヤリングは飲み水の瓶、……。

爺さんの鼻も肘、目も顔。口髭はギターの一部。楽しそうにギターを弾きながら歌っています。

ラブソングかな？ 耳は娘さんかな？ この二人は、もしかしたら爺さんと婆さんの若い頃の姿かもしれません。もしそうだとしたら、この爺さんと婆さんは、若い頃から音楽を楽しみ、娘さんに恵まれ、年を取っても、肩を抱き合って、お互い見つめあっている……すごくハッピーな人生だったんだろうな……なんてことを想像しちゃいます。

( 〽 サルバドル・ダリ「錯視の重ね合わせ」 )

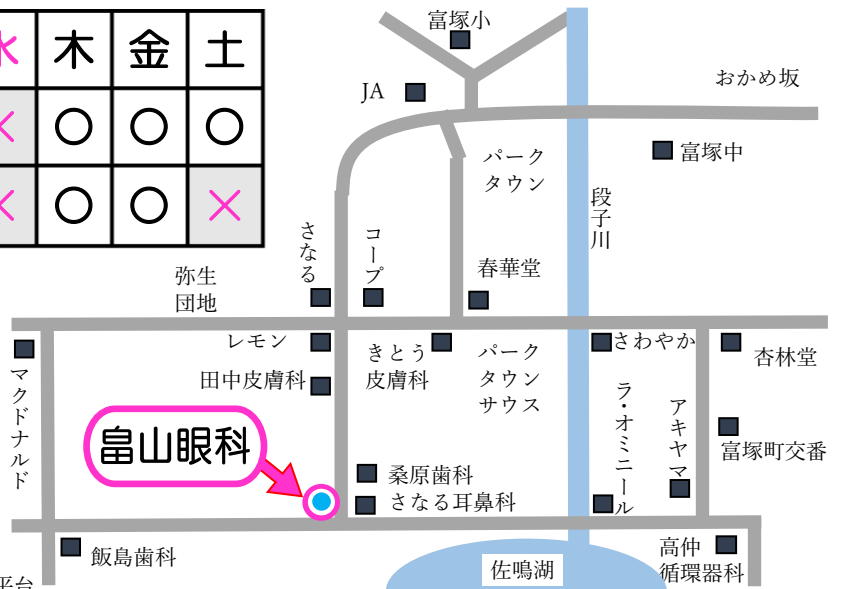
## 富山眼科 診療案内

〒432-8002 浜松市中央区富塚町2043-1 ☎053-475-6000

| 診療時間         | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|
| AM9:00～12:00 | × | ○ | ○ | × | ○ | ○ | ○ |
| PM2:00～ 5:30 | × | ○ | ○ | × | ○ | ○ | × |

水曜、日曜、祝日…休診

受診時には、保険証、各種受給者証、又はマイナンバーカードをお持ち下さい。予約制ではありません。来院された順に診察いたします。院内 **禁煙** にご協力下さい。



至大平台