

お手伝いしたいけど・・・どうすればいいの？

目の不自由な人が1人で歩いているのを見かけたら

こんなときは声かけを

- ・立ち止まってキョロキョロしている
- ・同じ道を行ったり来たりしている
- ・駅のホームなど、危険な場所にいる

声をかけるときは

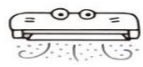
- ・話しかけるときは正面か、斜め前から
- ・「お手伝いしましょうか?」「一緒に横断歩道を渡りましょうか?」など、具体的に伝える
- ・体に触れる時は「右手を失礼します」などひと声かけてから



大切なのは「気づくこと」。声かけができなくても、点字ブロックの上に物を置かない、ぶつからないように歩くなど、できることはたくさんありますよ。

ドライアイを悪化させる3つの「コン」

エアコン



コンタクトレンズ



コンピューター



エアコンで部屋を乾燥させ過ぎたり、顔に風があたっていると、目の表面の涙が蒸発しやすくなります。

目の表面の涙の層がレンズの裏側と表側に分かれ、涙の層が薄くなり不安定になるので、目が乾燥します。

パソコンやテレビの画面を集中して見ていると、まばたきの回数が減り、目に涙が十分に行き渡りません。

ドライアイの人は、3つの「コン」の使い方を振り返ってみましょう。
ホットタオルなどで目を温めるのも、涙の分泌量が増えてオススメです。

目に隠された情報とは？

スパイ映画で、目をカメラにかざして認証されると部屋の鍵が開く、なんていうシーンを見たことはありませんか？これは目を使ったセキュリティシステムで、実際に海外の空港などで本人確認に使われ始めています。

では一体、目のどの部分で人を見分けているのでしょうか？鏡で少し、自分の目を見てみてください。真ん中の黒い丸の周りに、ドーナツ状の場所がありますね。ここが「虹彩」。よく見ると、細かい線状の模様が入っていませんか？虹彩の模様は一人ひとり違って、この情報をもとに個人を特定できるのです。

機械に触れることなく、マスクをしていても利用できるので、これからもっと身近なシステムになっていくかもしれませんね。



実はすごい？まゆげのヒミツ

▼知っていますか？

チンパンジーやゴリラの顔をじーっと見てみると…毛で覆われていてまゆげがどこにあるかわかりません。実は、進化の途中で「残した」ヒトの特徴が、まゆげなのです。

▼まゆげはなぜある？

汗やゴミが目に入らないようにするのが、まゆげの役割。そしてもう一つ、大切なのが「表情を作る」こと。怒っているときはまゆげが吊り上がり、笑っているときは丸くなります。私たちのコミュニケーションに必要なだったので、まゆげが残されたのですね。

▼10月10日は「目の愛護デー」。目を守りヒトの交流を助ける役割もある「まゆげ」のことも忘れずに!?

