

# アイフレイルリーフレットのご紹介

4者連携協定による、アイフレイル啓発のためのリーフレットを作成しました。



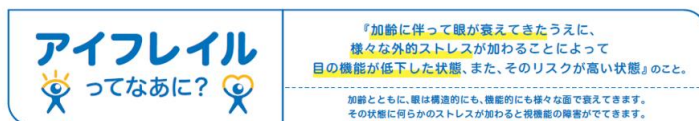
## アイフレイルとは

「加齢に伴って目が衰えてきたうえに、様々な外的ストレスが加わることによって目の機能が低下した状態、また、そのリスクが高い状態」のことをいいます。

## チェックリスト

10個の項目で目の機能に関するセルフチェックが行えます。

2個以上あてはまった人は、アイフレイルかもしれないので眼科の受診を勧めています。



40歳代から目の衰えがはじまるといわれますが、早期に発見できれば、進行を遅らせることや症状を緩和させることが期待できますので、気になる方はチェックしてみてください。