

# 花園日曜市でアイフレイルと目の健康の周知啓発を実施しました

令和8年2月22日（日）に開催された「花園日曜市」に松山市健康づくり推進課が参加し、アイフレイルと目の健康についての周知啓発を行いました。

ブースでは、アイフレイルチェックリストのリーフレット配布やタブレットのアプリを使って「目の見え方体験」を実施しました。



アイフレイル・目の健康の啓発



目の見え方体験の様子



## 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。

## 見え方体験で使用したアプリ



### 色のシミュレータ

様々な色覚特性を持つ人の色の見え方が体験できる色覚シミュレーションアプリ



一般型(C型)の色の見え方と1型(P型)、2型(D型)、3型(T型)の2色覚の色の見え方をリアルタイムに確認し比較することができる  
→男性の約5%が赤と緑の色の区別がしにくい特徴をもつ

浅田一憲ウェブサイトより



### ロービジョン シミュレータ

ロービジョン（弱視）の見え方・見えにくさを疑似体験できるアプリ

ぼやけ、まぶしさ、視野狭窄、中心暗点、眼球振盪といった見え方を再現できる



Low Vision Simulatorのホームページ（中野 泰志）より