



山名眼科医院
院長 山名 泰生



こやのせ眼科クリニック
院長 合屋 慶太

第8回糖尿病市民公開講座

日時：平成28年9月17日（土）
12：30会場、13：30開演
場所：なかまハーモニーホール

◇特別講演
「糖尿病網膜症の診断と
最新の治療」

九州大学大学院 医学研究院
眼科学分野
教授 園田 康平先生

◇一般講演
「歩き続けるために
～足を守るいくつかの秘訣～」
医療法人真鶴会 小倉第一病院
整形外科
部長 石井 義輝 先生

医療法人道西会

山名眼科医院

〒809-0022
福岡県中間市鍋山町13-5
電話 093-246-2345
院長 山名 泰生
副院長 松尾 雅子
医局長 高嶋 雄二
【受付時間】
◇月・火・水・金曜日
午前 9：00～12：00
午後 14：30～18：00
◇木・土曜日
午前 9：00～12：00

こやのせ眼科クリニック

〒807-1261
北九州市八幡西区木屋瀬365-6
電話 093-619-3330
院長 合屋 慶太
【受付時間】
◇月・火・木・金曜日
午前 9：00～13：00
午後 14：30～18：00
◇水・土曜日
午前 9：00～13：00
＜ナイトレンズお問合せ＞
こやのせ眼科クリニック
近視手術外来
電話 093-619-3370

＜メガネのお問合せ＞

中間メガネ・コンタクト
(山名眼科ビル内)
TEL：093-246-2550

ご挨拶 暑い季節になってきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
さて、9月17日（土）に「第8回糖尿病市民公開講座」をなかまハーモニーホール小ホールにて開催致します。今年、特別講演として糖尿病の3大合併症の糖尿病網膜症について、九州大学大学院 医学研究院 眼科学分野 教授の園田康平先生にお話し頂きます。また、一般講演では小倉第一病院 形成外科部長の石井義輝先生に糖尿病患者のフットケアについてお話頂きます。講演間にはロビーにて、血糖測定や足の相談（フットケア）コーナーなどご用意しております。お時間がある方やご興味のある方は、是非ご参加下さい。
これから、ますます暑い日々が続く、食欲の減少や室内と室外の温度差によって体調を崩しやすくなってきますので、しっかりと体調管理をし、暑い夏を乗り切りましょう！！

トピックス 山名眼科医院は平成27年5月より予約制となりました。予約制についてよくあるご質問をQ&A形式にてご紹介致します。

- Q. 予約がなくても診療を受けられるの？
→A. 受診して頂けますが、予約の方が優先となりますので診療状況により待ち時間が非常に長くなる場合がございます。また、予約のない方は医師の指定はお受けできませんので事前に予約されることをお勧め致します。
- Q. 初めて受診したいのだけど予約は出来るの？
→A. 申し訳ございません。当院に初めて受診される方は予約をお取りしていません。初めての方は、まずは予約なしで診療時間内に直接お越し下さい。
- Q. 予約時間のどれくらい前に来たら良いの？
→A. 予約時間にお越し下さい。当院の予約時間は診察の時間とは異なり、患者様に受付に来ていただく時間になります。早めにお越し頂く必要はございません。

- Q. 今日受診したい場合は、どうしたらいいの？
→A. 申し訳ございませんが、当日の予約は受け付けておりません。予約なしで診療時間内にお越し下さい。
- Q. 予約は変更できるの？
→A. 前日までに予約専用電話にご連絡下さい。但し、変更の場合は日時や医師の指定はご希望に沿えない場合がございます。予めご了承ください。
- Q. 予約の電話がなかなかつながらない。
→A. 月曜日や16時過ぎは電話が大変混み合っております。繋がらない時は、お手数ですが時間を空けてからおかけ直し頂くか、お急ぎでなければ火曜日や水曜日の方が比較的スムーズに予約する事ができます。電話予約は混雑する事が多いですので、診察時に次回の予約をお取りし帰られることをお勧め致します。

※目の調子の悪いときは予約日時に関わらずすぐに受診して下さい。

こやのせ眼科クリニック

ブルーライトってなあに？

ブルーライトは、自然界にある光の一部です。紫外線と同じように太陽から発せられ、日没後は少なくなるので、日の出とともに起きて夜は眠る、というヒトの体内時計の調整に関係しています。

ところが、ブルーライトを使ったLED照明機器や液晶画面、スマートフォンなど電子機器の普及に伴い、身近な場所でブルーライトをたくさん浴びるようになりました。

元々は浴びることのなかった夕方や夜の時間帯にも、ブルーライトを浴びることで、脳が休養モードにならず体内時計が乱れ、寝つきが悪い、夜に目が覚める、寝不足など睡眠に関するトラブルが起こっています。

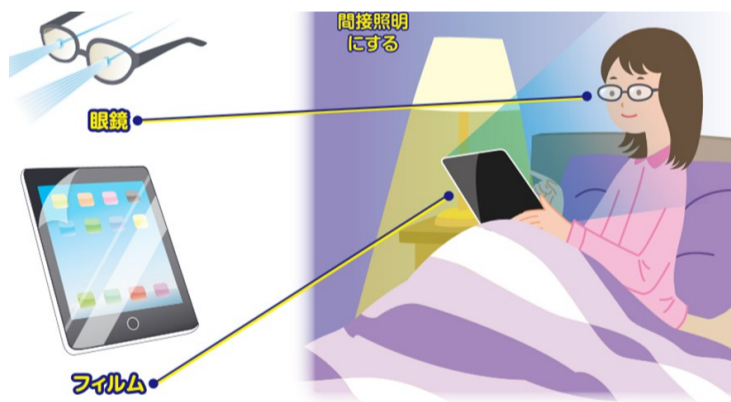
また、ブルーライトの光は、短く散乱しやすい特徴があり、近い距離で浴びるとたくさんのブルーライトが目から入るので、疲れ目の原因とも言われています。

ブルーライトは、紫外線に次いで高いエネルギーをもっています。そのため刺激性も高く、網膜や黄斑部に

ダメージを与え、網膜疾患や加齢黄斑変性症を引き起こす原因の1つと考えられています。

加齢黄斑変性症は、加齢に伴って生じる老廃物や酸化ストレス（活性酸素）によるダメージが黄斑部や網膜で蓄積した結果、発症する事が既に多くの研究から分かっています。

ブルーライトを浴びすぎないようにするためには、間接照明にしたり、電子機器を使う時にブルーライトをカットするフィルムやメガネを使うなどの方法があります。



中間メガネ・コンタクト

こんにちは。中間メガネ・コンタクトの高橋です。今回は、ソリッドブルーの定番で、レトロモダンな表情を作り出すブローセルフフレームをご紹介致します。

主張しすぎないシンプルなスタイルに、さり気ない工夫を凝らし、質感にとことんこだわる国産ブランドです。クラシックなデザインですが、エッジを立ててシャープなフォルムに仕上げています。

程よいレトロ感を漂わせるクラシカルな仕上がりで、縦幅のあるレンズシェイプのわりにシャープな印象を作りSolid Blueならではのクール感があります。

レンズシェイプは、ボストンとウェリントンの中間くらいのテイストですが、ブローラインをシャープに仕上げることで、今までのサーモントと比べ格段にカジュアルに掛けやすくなっています。

デザインによっては、老け顔になりやすいサーモントですが、このエッジさ加減が力強く、カッコよさを演出してくれます。

SOLID BLUE S-97 col.8



従来のササ柄より少し濃いめなシックなカラー。落ち着いたカラーですので、ビジネスシーンに良く合います。

SLID BLUE S-94 col.9



クリアブルーなので、角度によって表情が変わるところは凄く魅力的です。独特のブルーカラーの抜け具合がとても良く、サーモントのレトロな雰囲気との相性は抜群です。