眼科医と患者さんをつなぐ 日本眼科医会の小冊子

新刊

目と健康シリーズ NO.64 のご案内

40歳からはじめたい アイフレイル（目の老化）対策 健康寿命をのばすために

執筆
杏林大学医学部　眼科学教授
山田昌和

あとがきより

加齢による目の不調や機能低下をアイフレイルといい、目の病気の始まりにつながります。アイフレイルは 40 歳台から始まり、セルフチェックで容易に分かりますので、見逃さないようにしましょう。またアイフレイルは、目だけの問題でなく、心理面や社会との関わりにも影響します。早めのアイフレイル対策で、健康長寿を目指しましょう。

目と健康シリーズ 既刊のご案内

発行内容
●読者対象：患者と家族一般　●冊子の体裁：新書版 16頁　●発行予定：年１～２回
●発行・企画・監修：公益社団法人日本眼科医会　●制作・発売元：自由企画・出版

2 目のアレルギー……湯浅武之助
4 高血圧・糖尿病と眼底……松井瑞夫
8 黒いものが飛ぶ –飛蚊症……湯澤美都子
12 コンタクトレンズを使うときに……東　郁郎
13 赤ちゃんの目の病気……山本　節
14 目の疲れと休養……石川　哲・難波龍人
16 網膜剥離について……樋田哲夫
18 角膜の病気……下村嘉一
19 ドライアイ……西田輝夫・近間泰一郎
20 花粉症と目……内尾英一
21 ぶどう膜炎……大野重昭・新藤裕実子
22 加齢黄斑変性……戸張幾生
23 遺伝性の目の病気……田中靖彦
24 白内障と手術……三宅謙作
25 コンタクトレンズ入門……中安清夫
26 40代からの緑内障……三嶋　弘
27 ウイルス性結膜炎……高村悦子
28 屈折異常と眼精疲労……梶田雅義
29 アトピー性皮膚炎と目……平形明人
30 子どもの遠視……加藤桂一郎・橋本禎子
31 高血圧性網膜症 —眼底検査のすすめ—……吉本弘志
32 子どもの目の心身症 —心因性視力障害—……小口芳久
33 アレルギー性結膜炎の治療と対策……高村悦子
34 コンタクトレンズと感染症……大橋裕一
35 糖尿病で失明しないために……堀　貞夫
36 子どものＩＴ眼症……田淵昭雄
37 40代で始まる目の老化……大野京子
38 飛蚊症と網膜剥離 なぜ?どうするの……平形明人
39 子どもが近視といわれたら……大野京子
40 加齢黄斑変性 なぜ?どうするの……湯澤美都子
41 メガネのかしこい使い方……所　敬
42 パソコンと目……高村悦子
43 目の定期検査のすすめ……松下卓郎
44 子どものコンタクトレンズQ&A……宇津見義一
45 子どもの目と外傷……宮浦　徹
46 コンタクトレンズと目のお化粧……月山純子
47 中高年からのロービジョンケア……田淵昭雄
48 知っておきたい白内障術後のケア……清水公也・天野理恵
49 よくわかる緑内障 –診断と治療–……富所敦男
50 色覚異常といわれたら……安間哲史
51 知っておきたい加齢黄斑変性……大越貴志子
52 ドライアイに悩む方へ……島﨑　潤
53 白内障手術と眼内レンズ（改訂）……大鹿哲郎
54 眼瞼下垂に悩む方へ –症状と治療–……柿崎裕彦
55 知っておきたい黄斑前膜……國方彦志
56 緑内障といわれた方へ……相原　一
57 気をつけよう!子どもの近視……大野京子
58 流涙症で困っている方へ……白石　敦
59 ぶどう膜炎 なぜ? どうしたらいいの……園田康平
60 糖尿病網膜症による視力低下……村田敏規
61 網膜静脈閉塞症と診断されたら……辻川明孝
62 コンタクトレンズの眼合併症……堀　裕一
63 40歳を過ぎたら受けよう!眼底検査……近藤峰生

別冊1 白内障は怖くない……朝広信彦
別冊3 子どもの弱視・斜視……丸尾敏夫

● 既刊について
好評の既刊「No.2」～「別冊3」までご用意しております。これからご利用の方、追加補給の方もお申し込みください。

申し込み方法
◎お申し込み：同封の注文葉書、電話またはFAX（042-325-8950）でお願いします。（裏面がご注文書です）
◎医師への頒布価格：１冊60円　◎ご注文は100冊以上（各号合計可）でお願いします。30冊からでも可です。
◎200冊以上は送料無料です。　◎お支払い：冊子小包に同封の郵便振替払込取扱票をご利用ください。

お申し込みは 自由企画・出版 まで
〒185-0021 東京都国分寺市南町3-5-3 伊東第1ビル1F
TEL.042-325-8931　FAX.042-325-8950
https://www.jiyukikaku.com

自由企画・出版　目と健康シリーズ　**FAXご注文書　042-325-8950**

新刊 NO.64「40歳からはじめたい アイフレイル（目の老化）対策 健康寿命をのばすために」　冊

2	目のアレルギー	冊	39	子どもが近視といわれたら	冊
4	高血圧・糖尿病と眼底	冊	40	加齢黄斑変性 なぜ?どうするの	冊
8	黒いものが飛ぶ ―飛蚊症	冊	41	メガネのかしこい使い方	冊
12	コンタクトレンズを使うときに	冊	42	パソコンと目	冊
13	赤ちゃんの目の病気	冊	43	目の定期検査のすすめ	冊
14	目の疲れと休養	冊	44	子どものコンタクトレンズQ&A	冊
16	網膜剥離について	冊	45	子どもの目と外傷	冊
18	角膜の病気	冊	46	コンタクトレンズと目のお化粧	冊
19	ドライアイ	冊	47	中高年からのロービジョンケア	冊
20	花粉症と目	冊	48	知っておきたい白内障術後のケア	冊
21	ぶどう膜炎	冊	49	よくわかる緑内障	冊
22	加齢黄斑変性	冊	50	色覚異常といわれたら	冊
23	遺伝性の目の病気	冊	51	知っておきたい加齢黄斑変性	冊
24	白内障と手術	冊	52	ドライアイに悩む方へ	冊
25	コンタクトレンズ入門	冊	53	白内障手術と眼内レンズ（改訂）	冊
26	40代からの緑内障	冊	54	眼瞼下垂に悩む方へ	冊
27	ウイルス性結膜炎	冊	55	知っておきたい黄斑前膜	冊
28	屈折異常と眼精疲労	冊	56	緑内障といわれた方へ	冊
29	アトピー性皮膚炎と目	冊	57	気をつけよう!子どもの近視	冊
30	子どもの遠視	冊	58	流涙症で困っている方へ	冊
31	高血圧性網膜症	冊	59	ぶどう膜炎 なぜ? どうしたらいいの	冊
32	子どもの目の心身症	冊	60	糖尿病網膜症による視力低下	冊
33	アレルギー性結膜炎の治療と対策	冊	61	網膜静脈閉塞症と診断されたら	冊
34	コンタクトレンズと感染症	冊	62	コンタクトレンズの眼合併症	冊
35	糖尿病で失明しないために	冊	63	40歳を過ぎたら受けよう!眼底検査	冊
36	子どものＩＴ眼症	冊			
37	40代で始まる目の老化	冊	別冊１	白内障は怖くない	冊
38	飛蚊症と網膜剥離 なぜ?どうするの	冊	別冊３	子どもの弱視・斜視	冊

施設名・お名前

ご住所　〒

注文合計冊数　冊

TEL.　　FAX.