

「急性内斜視」に注意！

「急性内斜視」って、みなさんご存知ですか？短期間に片方の目が内側に寄って左右の目の視線がずれる病気です。その原因のひとつに、スマートフォンなどの長時間使用の影響が指摘されています（因果関係は科学的にまだ証明されていません）。主な症状は、物が二重に見える「複視」というこの病気特有のもので、他人に寄り目を指摘されて初めて気づく場合もあるといます。浜松医科大学教授の佐藤美保さんによると、年間2～3人だった患者数が3年ほど前から10人を超えており、患者のほとんどが10代から20代だといえます。スマートフォンはパソコンよりも近い位置で画面を見るので、長時間画面を凝視すると内直筋が収縮したままになるそうです。

＜治療法には何がある？＞

- ①画面から30センチメートル以上離す。
- ②使用中は10分に1回は、3～4メートル離れた所を見る。
- ③スマートフォンの使用を控える。
- ④手術を受ける（内直筋の付け根を眼球からはずし、数ミリ後ろに縫い付ける）。

黒板の文字が二重に見えて勉強に支障が出てしまい、不登校になる場合もあるそうです。今年2月に手術を受けて視力を回復した、愛知県の高校生もいます。スマートフォンを少しでも控えると、気づくことが色々ありますよ。きっと！

（総務部：前谷）

【研究授業の様子】



6月5日(水)に石川県教育委員会の指導主事を招いて、6教科の先生方による研究授業が行われました。「主体的・対話的で深い学び」をテーマとして、各教科で工夫を凝らした授業が展開されました。グループワークにおける様々な意見をボードに書いたり、小テストの結果をプロジェクターで瞬時に表示し、クラス全体で理解度を共有するなど新しい授業の形が見られました。また、授業後の研究協議会では、授業力向上のための話し合いが行われ、指導主事の先生からも多くのアドバイスをいただきました。

【インターハイに向けて！】

インターハイ出場を決めたソフトボール部ですが、その抱負などを主将の平井恵夢さんに聞きました。

～インターハイ出場を決めたとき、どう思いましたか？

平井：嬉しいというより、出場できた！という安心感でいっぱいでした。

～ピンチの時は、どう切り抜けていますか？

平井：あせってしまうと、かえって自分のプレーができません。今までの試合を思い出して、笑顔でプレーすることを心掛けています。

～全国大会での抱負は何ですか？

平井：どんなことがあっても、一緒にプレーしてきた仲間を信じて、「明るく笑顔で元気に」をモットーに、私たちらしくプレーすることです。さらに、春季大会以上の成績（ベスト4 3位）を収められるよう、頑張りたいです。

全国でも、金沢旋風を起こしてほしいものです。期待しています！

◆◆インターハイ出場選手◆◆

先日行われた県高校総体や北信越大会の結果、見事インターハイに出場する選手です。金沢高校だけでなく石川県や北信越の代表として、精一杯戦ってきてほしいと願っています。

○団体…ソフトボール部、剣道部女子、男子テニス部、女子テニス部

○個人…男子テニス部（吉田悠真）、女子テニス部（久保友莉佳、関野未知留）、陸上競技部

（山田いづる）剣道部（中村結乃、山田幸之介）、柔道部（山崎朱音、齋藤綾南、関軒楽生）

※水泳部は7月に行われる北信越大会の結果により、全国大会の出場が決まります。

※部活動の詳しい結果はホームページをご覧ください。