

誰一人  
取り残さない  
社会へ！

# 9月23日 網膜の日

SINCE 2017

## なぜ 9/23 なの？

9月23日は、昼と夜の長さがほぼ同じになります。

そしてこの日から夜が長くなっていき、暗い時間が増えていくことになります。

「明るさ」は、網膜の病気の抱える人たちにはとても重要です。夜が長くなると、歩ける時間がどんどん短くなります。網膜細胞が破壊されると、明るい昼間の長さということがとても重要になります。そのため、この日を「網膜の日」と定めたのです。

### 網膜の病気になると？

モノがゆがんで見えたり、目がぼやけるなどの症状が出ます。また、暗いところで見えにくくなったり、視野が狭くなったりするため、日常生活に支障が出てきます。

### 白杖ってなに？

視覚障害が歩行時に使用する白い杖で「はくじょう」と読みます。歩行時の地形の変化や周囲の安全を確認するためなどの補助用具です。

### どんな人が白杖を使うの？

白杖を使っている人がみんな「完全に見えない」ではありません。「見えにくい」人も使っているということをご理解ください。白杖を使わないと安全に歩くことができないのです。

私たちは、「網膜の日」をきっかけに、網膜の病気を理解し、病気を抱えた人たちとともに生きていくために何ができるかを考えていくことが必要なのです。



治療法の確立とQOL向上を目指して！  
公益社団法人 日本網膜色素変性症協会

