

●平成 25 年度 政策評価委員会・評価結果（6 事業）

評価対象事業	総合評価コメント（改善のポイントなど）	判 定
①ふるさと体験教育事業 ※自然体験プログラム開発、町内児童生徒の体験活動、町外からの集客活動などを NPO 法人雨煙別学校に委託（H25 予算額 1,249 万円）	●「町内児童生徒の教育活動」と、「町外への PR・集客拡大」のそれぞれの目標設定、官民の役割分担を明確化し、委託内容と事業費の精査が必要（町民への内容周知も） ●町内（町民）向け、町外向けのプログラム料金の差別化が必要（単価を含めた体験プログラムの再編・改定が必要） ●活動を補完する有償ボランティアの仕組みを検討すべき。	何らかの改善を伴う継続
②栗山町児童センター運営 ※放課後児童クラブ運営など、18 歳未満の子ども（主に小学生）を対象に、遊びや集団活動の機会を提供（H25 予算額 340 万円）	●現状の施設運営で大きな問題はなく、十分評価できるが、日曜日・祝日の利用者ニーズの把握が必要 ●子育て世代以外への周知に積極的に取り組み、施設運営に対する高齢者の参画を推進すべき（日常的な遊びのサポート、知恵や経験の伝承など異世代交流の場に）。 ●課題の民間委託については、各学校との連携を前提として、町内外問わず可能性の検討を進めるべき。	現状どおり継続
③在宅福祉生活支援事業 ※介護保険では適用されない、除排雪サービス、寝具洗濯サービス、訪問介護などの独自サービスを提供（H25 予算額 672 万円）	●除排雪サービスを除くと、実態としてサービス利用が少ない。高齢者（対象者）ニーズの的確な把握、評価検証を適切に行い、事業メニューの再検討を行うべき。 ●除排雪サービスは、ボランティア活用や高齢者事業団（シルバー人材活用）など、町民の支え合いの仕組みを検討すべき。 ●事業の周知方法の工夫が必要	何らかの改善を伴う継続
④少年ジェット派遣事業 ※町内に在住の中高生（8 名程度）を約 10 日間、海外に派遣し、ホームステイ、現地学生との交流など、研修プログラムを実施（H25 予算額 363 万円）	●海外文化や本物の価値にふれ、参加者の視野を広げることに意義があり、より多くの生徒が参加できる仕組みとすべき。 ●事業の目的を再検証し、町民や民間人などを含めた実行委員会体制の中で、参加費設定、研修内容・期間など根本から事業の再検討をすべき。 ●栗山町や日本の歴史文化学習など、事前・事後研修のプログラムは今後も充実が必要 ●派遣団員による各学校での報告会も検討すべき。	何らかの改善を伴う継続
⑤商店街振興対策事業 ※にぎわいのある魅力的な商店街づくりの支援のため、「まちの駅・栗夢プラザ」事業の補助、各種イベント助成、冬期除排雪支援を実施（H25 予算額 571 万円）	●イベント等の開催も重要だが、日常的な集客につながる取り組みを支援すべき。「まちの駅・栗夢プラザ」については、施設自体の収益性よりも、商店街全体への波及効果が重要。大型店にはできない独自サービスの展開などを支援すべき。 ●除排雪支援の公益性について町民に周知すべき。 ●農業団体などと連携した振興策を検討すべき。	何らかの改善を伴う継続
⑥栗の活用事業 ※国内最北の栗の産地化を目指し、農業者との連携による生産体制の確立を進め、将来的な加工・流通・販売などを目指す取り組み（H25 予算額 954 万円）	●6 次産業化の全体構想は理解するが、生産性の調査研究段階、生産量拡大と商品開発段階など、取り組みのステップの明確化、事業計画の再構築が必要ではないか。 ●現段階では、栗が経済性を有する作物として生産可能になるのか、調査研究に集中すべき。 ●産業化に限らず、町民が親しみ、観光目的などで活用する栗の森または栗の公園づくりなどの取り組みも検討すべき。 ●道内研究者・試験場などの協力・指導体制の充実が必要	何らかの改善を伴う継続

町の仕事を町民視点で評価

選定 6 事業の外部評価結果を町長に報告

町が実施する各種事業を町民視点で評価し、改善につなげることを目的とする政策評価委員会（大沼英明委員長）が昨年 12 月 19 日、栗山町第 5 次総合計画から選定した 6 事業の評価をまとめ、椿原紀昭町長に報告しました。町では、現在、平成 26 年度の予算編成作業を行っており、委員会の評価結果を踏まえた改善の取り組みなどについて検討しています。

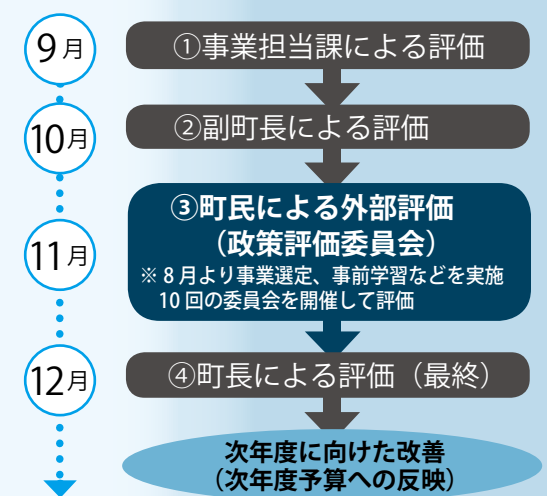
報告書を椿原町長に手わたす大沼委員長ほか 5 人の委員の皆さん（12 月 19 日）

町では、平成 20 年度から、各事業の成果を評価・検証し、次年度への改善につなげる政策評価を実施しています。年度の半期を終えた 9 月から 12 月にかけて事中評価を行い、次年度予算編成に改善策を反映する仕組みです（右図）。

平成 23 年度からは、町民が参加する政策評価委員会（外部評価）を設置し、町民視点からの評価の取り組みを進めています。委員会は、町民委員 5 人（右表）により構成され、北星学園大学の鈴木克典教授（経営情報学科）の助言を受けながら、評価基準の設定から、事業選定、事前

行政評価制度の客観性を高める

●政策評価制度の流れ



●政策評価委員（※敬称略）

委員長	大沼 英明	松風 2
副委員長	小林 弘和	桜丘 2
委員	古瀬 鈴子	朝日 4
委員	尾崎 政春	桜丘 1
委員	廣瀬 勝憲	中央 2

※北星学園大学・鈴木克典教授（経営情報学科）をアドバイザーとし、助言を受けながら活動

◆問い合わせ
町経営企画課地域政策グループ ☎ 73-7502

町民と行政をつなぐパイプ役に…

委員会では、必要に応じて事前学習会を実施するなど、評価対象事業の内容・現状把握に精力的に取り組みました。月 2 ～ 3 回のペースで全 10 回の議論を重ね、町民による行政改善を目指す提案型の評価結果をまとめました。

大沼委員長は「委員会として公平な視点から評価ができたと思います。行政として、次のステップ（改善）に向けた判断材料として受け止めて欲しい」と感想を述べ、椿原町長は、「選定された事業は、どれも町として課題となっているものであり、率直に評価いただいた。今後の予算編成の中で改善に向けた取り組みを検討していきたい」と、半年近くにわたる委員会の活動に感謝を述べました。



知っておきたいまちの予算

栗山町の予算と財政状況

平成24年度決算の概要③

まちの預金と借金の状況は？

今月号では、安定した財政運営を進めていくために積み立てている町の預金（基金）と、大規模な建設事業を行う際に国や銀行などから借り入れている借金（町債）の状況についてお伝えします。

基金の状況は？

平成24年度は、1282万円の積立に対し、5567万円を取り崩し、支出に充てました。主な積立原資は、寄付金収入や積立利息によるものです。このことにより年度末の残高は、11億1040万円となり、前年度と比較し、4285万円の減となっています。

町民一人あたりの預金額は、8万5千円（前年8万7千円）となっています。

◆基金の種類は？

基金はそれぞれの使用目的から財政調整基金、減債基金、特定目的基金の区分に分類され、決算に伴う剰余金の一部や町への寄付金、積立利息などを原資に積立を行い、それぞれの目的に応じて必要な時に取り崩して使用します。財政調整基金は、予期しない収入の減少や支出の増加の際に取り崩すなど、収支不足が生じた場合の備えとなる積立金です。減債基金は、町債の返済額が多額となった際に取り崩す



◆町債の目的は？

特定目的基金は、福祉の充実や産業、教育の振興など、それぞれの目的に応じた事業を実施する際の備えとなる積立金です。本町では地域福祉基金、農業教育振興基金、文化振興基金など全部で8つの基金があります。

町債の状況は？

平成24年度は、元金として19億9324万円を返済し、新たに10億8656万円を借り入れました。新規借入の主な内容は、公営住宅整備事業・栗山赤十字病院医療機器購入事業・ロータリー除雪車購入事業となっています。このことにより、年度末の残高は、181億62万円となり、前年度と比較し、9億668万円の減となっています。町民一人あたりの借金残高は、139万円（前年144万8千円）となっています。

町債には、「毎年の財源を平均する役割」と「現在と将来の町民の負担を公平にする役割」があります。道路の整備や公共施設、公営住宅の建設など、多額の費用が必要となる公共事業をその年の収入だけで行うと、そのほかの事業ができなくなります。また、整備した道路、公共施設などは、将来の町民も利用するため、負担の公平性を図る観点から、町債を活用して、分割払いで返済を行っています。

【平成24年度末の町債残高】

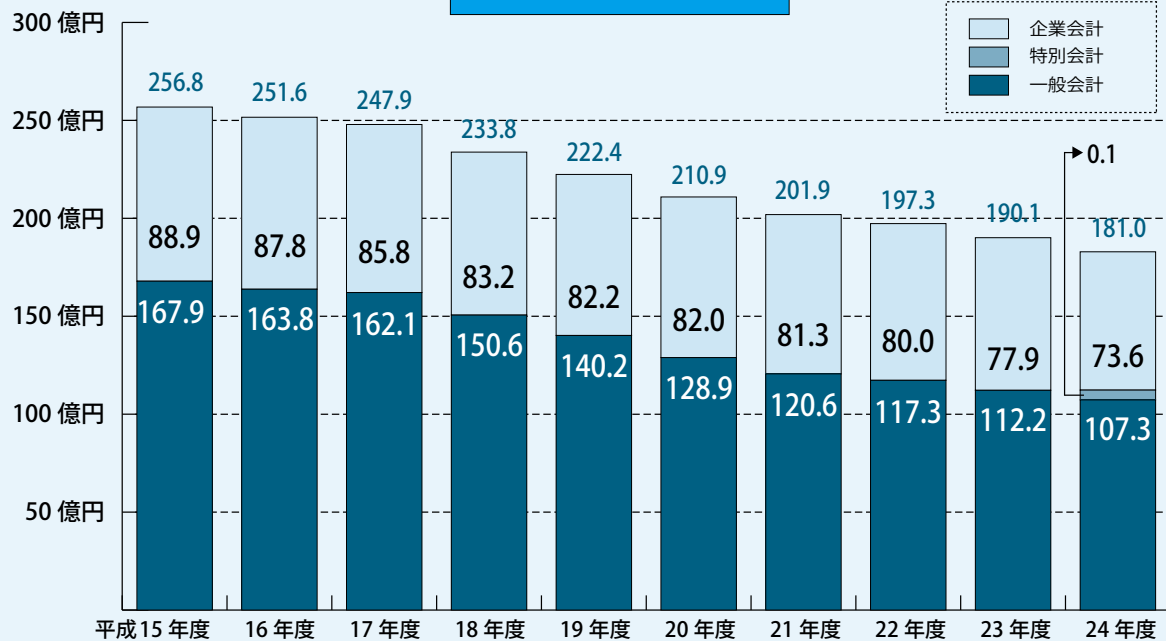
区 分	平成23年度 末 元 金 残 高	平成24年度		
		元金返済額	借入額	年度末元金残高
	①	②	③	①－②＋③＝④
一 般 会 計	112億 1,781万円	12億 7,113万円	7億 8,576万円	107億 3,244万円
特 別 会 計	－	－	1,000万円	1,000万円
企 業 会 計	77億 8,949万円	7億 2,211万円	2億 9,080万円	73億 5,818万円
合 計	190億 730万円	19億 9,324万円	10億 8,656万円	181億 62万円

【平成24年末の基金残高】

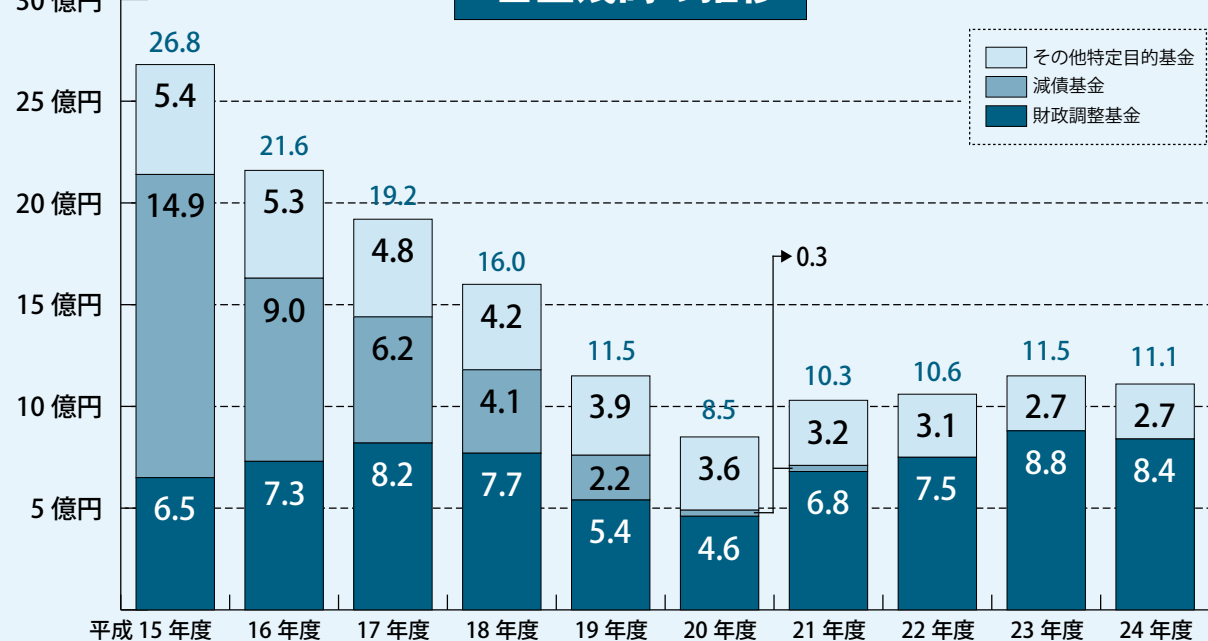
区 分	平成23年度 末 残 高	平成24年度		
		積立額	取り崩し額	年度末残高
	①	②	③	①＋②－③＝④
財政調整基金	8億 8,197万円	809万円	4,815万円	8億 4,191万円
減 債 基 金	4万円	－	－	4万円
特定目的基金	2億 7,124万円	473万円	752万円	2億 6,845万円
合 計	11億 5,325万円	1,282万円	5,567万円	11億 1,040万円

【問い合わせ】
町経営企画課
行政経営グループ
☎73 7503

町債残高の推移



基金残高の推移



税の申告はお早めに

2月17日(月)～3月17日(月)



所得税の確定申告、町道民税の申告の時期が近づいてきました。次のとおり申告相談日を設けますので、必要書類などを用意のうえ、期日までに正しく忘れず申告しましょう。(還付の確定申告については、2月17日(月)以前でも受付いたします)

また、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額などを入力するだけで、税額が自動計算され確定申告書を自宅で簡単に作成することができます。作成した申告書は、税務署に郵送などにより提出することができますのでぜひご利用ください。

確定申告 2月17日から

年金保険料、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料などの領収書または証明書(国民年金保険料は控除証明書の添付が必要です)

□生命保険料、地震保険料などの控除を受けられる方は控除証明書

□住宅借入金等特別控除を受ける方は登記事項証明書、住民票の写し、売買契約書または請負契約書、住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書

□障がい者控除を受ける方は障がい者手帳、療育手帳、障がい者控除対象者認定書などの確認ができるもの。

※介護保険の要介護認定(要支援は除く)を受けている65歳以上の方は、障がい者手帳の交付を受けていない場合でも、「障がい者控除対象者認定書」の交付により、障がい者控除の対象となります。該当すると思われる方は、事前に「町住民福祉課高齢者・介護グループ」にご相談ください。

□税金が還付になる方は本人名義の銀行などの口座番号がわかるもの

□その他の控除などについてはお問い合わせください。

税に関する相談・お問い合わせ

申告内容は個人によって異なります。申告の仕方や書類など、ご不明な点がありましたらお気軽にご相談ください。



■岩見沢税務署
☎ 0126(22) 0810
■町税務課課税グループ
☎ 7505

申告期間中、相談窓口は大変混み合いますので、時間に余裕をもってお越しください。特に3月4日～5日は出張申告のため役場税務課窓口の職員が少なく非常に混雑します。できるだけ別の日にお越しください。

事業所得、不動産所得、譲渡所得のある方は、岩見沢税務署へご相談ください。

申告相談日

◆毎年、たいへん混みあいます。時間に余裕を持ってお越しください。

●休日申告相談

期 日	時 間	会 場
2月23日(日)	8:30～12:00	役場1階税務課 ⑧番窓口 ☎ 7505
3月9日(日)		

●平日申告相談

期 日	時 間	会 場
2月17日(月)～ 3月17日(月)の平日	8:30～12:00 13:00～17:15	役場1階税務課 ⑧番窓口 ☎ 7505
3月4日(火)	9:00～12:00 13:00～16:00	南部公民館 ☎ 2111
3月5日(水)	9:00～12:00 13:00～16:00	角田農村環境改善センター ☎ 6040

住民税係
⑧
所得・課税証明
個人町民税
法人町民税
国民健康保険税
介護保険料

確定申告が必要な方



事業を営む方で、所得金額が所得控除の合計額よりも多い方

・給与所得者で、給与所得や退職所得以外の所得合計が20万円を超える方

・給与を2カ所以上から受け、年末調整をされなかった給与の収入額と給与所得や退職所得以外の所得合計が20万円を超える方

・年金受給者で源泉徴収税を納付している人(ただし、公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、確定申告は必要ありません)

◆町道民税の申告が必要な方

・所得税の申告を必要としないう方で給与・事業・不動産などの収入がある方(給与のみで年末調整済みの方を除く)

国民健康保険税の軽減



国民健康保険に加入している方で、収入のない方、または少ない方でも国民健康保険税の低所得者に対する軽減措置は、申告がなければ対象になりません。

◆用意するもの

□印鑑(認め印でかまいません)

□税務署から申告書を送付された方は必ずその申告書

□収入の分かる書類(給与・年金のある方は源泉徴収票。無くした方は再発行してもらいましょう)

□医療費控除を受ける方は支払った医療費の領収書、保険などで補てんされる金額の明細書(事前に医療費の明細書を作成してください。用紙は税務課にあります)

□社会保険料控除を受ける方は社会保険任意継続、国民

生活と環境

安全・安心な町を目指して

【問い合わせ】 町環境生活課
環境生活グループ ☎ 7510

特殊詐欺に注意!

振り込め詐欺を始めとする特殊詐欺は、被害者の弱みや情愛などに付け込んで被害者をだまし、現金を振り込ませる悪質な犯罪です。不審な電話がかかってきたり、身に覚えのないメールが送られてきたら、家族や警察に相談しましょう。

※道内の平成25年の発生件数(平成25年11月末現在)は124件、被害額は約2億円にのぼっています。

★被害に遭わないための対策

- 「電話番号が変わった」という電話には注意が必要です。必ず変更前の電話番号に電話をかけて確認してみましょう。
- 在宅している時であっても、犯人からの電話を遮断するために「留守番電話」に設定しましょう。
- オレオレ詐欺は、主婦や高齢者の子どもや孫への親愛の情を逆手に取る犯罪です。家族間で相互に連絡を取り合い、「家族の絆」で被害を防止しましょう。



★不審な電話がかかってきた場合

- 動揺したり慌てずに、電話を切ったあと、すぐに事実を確認しましょう。
- 電話を受けたとき、「詐欺かもしれない」と疑いましょう。
- すぐにお金を振り込まず、家族や親せき、または警察に相談しましょう。

★警察への協力

- 電話番号、口座番号、現金の送り先などを聞き出す。
- ※電話機に録音機能があれば、犯人との会話を録音する。
- すぐに栗山警察署 ☎ 0110 に電話する

栗山消防団 出初式



新春恒例の栗山消防団第1分団(田鎖充雄分団長)による「出初はしごのり」が1月6日、駅前通り商店街などで行われました。今年一年の無火災を祈願し毎年行われているもので、高さ約7メートルのはしごの上で登梯員が掛け声とともに妙技を次々と披露しました。

また、午後から行われた出初式では、第1分団から第3分団の団員94人と救急車、はしご車など13輦の消防車が、駅前通りを力強く行進しました。カルチャープラザ「Eki」で行われた式典では長年にわたり地域防災に貢献された皆さんへの表彰などが行われました。

消防庁長官表彰

■感謝状
元栗山消防団部長 小野寺 均

私たちが 栗山青年会議所です。

25

栗山青年会議所は今年で創立45周年



本年度、一般社団法人栗山青年会議所は創立45周年の節目を迎えるにあたり、創立45周年実行委員長を仰せつかりました中井浩輝です。

栗山青年会議所は1969年に創立以来、明るい豊かなまちづくりの実現に向けて今日まで活動して参りました。これもひとえに、これまでの礎を築いてこられた先輩諸兄をはじめ多くの関係諸団体、そして町民の皆さまのご理解・ご支援の賜物と深く感謝申し上げます。あらためて先輩諸兄が築き上げてきた歴史や伝統を再確認し、次代へと継承していくとともに、少子高齢化・人口減少・核家族化

など、さまざまな社会問題を抱え将来への輝きを見出しにくい今こそ、未来に向けてこの地域がより豊かになるよう、我々責任世代が英知と勇気と情熱を持って運動を展開していきます。45周年事業を通して、偉大な先人の功績と想いを土台に今を生きる者である事を誇りに思い、未来に対する可能性を見だし率先して行動することで、故郷に対する帰属意識を醸成し、主体的な人々が增えることにより、まちの価値を更に高めていきたいと思ひます。

記念セレモニーとしまして、8月23日(土)を予定しています。メンバー一同気持ち新たに、明るい豊かな社会の実現に向けて邁進して参る所存でございますので何卒ご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

45th
Junior Chamber International Japan
KURIYAMA JC

一般社団法人栗山青年会議所創立45周年
恩故知新～LOVE 愛 デンティイ～

元栗山消防団班長

村岡 博明

北海道知事表彰

■永年勤労章(勤続30年)

第1分団副分団長 金谷 雅人
第3分団部長 清水 嘉則

■勤労章(勤続20年)

第1分団班長 渋谷 俊昭
第2分団団員 都築 輝昭

■表彰状(勤続10年)

第1分団団員 中井 浩輝
第2分団団員 藤島 利充
第2分団団員 中川 和政
第3分団団員 岡村 伸明
第3分団団員 河野 友秋

北海道消防協会長表彰

■特別功績章

■勤続章(勤続30年)

栗山消防団団長 関 吉一郎
第1分団副分団長 金谷 雅人

第3分団副分団長

第3分団班長

国岡 正好
丸山 勝

■勤続章(勤続10年)

第1分団団員 梅津 良平
第1分団団員 沼田 政則
第1分団団員 越前谷孝行
第3分団団員 岡村 伸明
第3分団団員 河野 友秋

■勤続章(勤続15年)

第2分団班長 瀬尾 正樹
第3分団班長 谷内 智隆
第1分団団員 仲井 浩祐
第3分団団員 墨谷 巖
第3分団団員 片山 肇

■勤続章(勤続5年)

第1分団団員 端 師孝
第1分団団員 北川 健太
第1分団団員 対馬 啓司
第3分団団員 小倉 大樹





【問い合わせ】
町地域医療・保健対策室
☎ 73-2256

病院に通っていても

特定健診は必要です

特定健診を受けない理由の一つに、「病院に通っているので健診は受けない」というご意見をよく伺います。なぜ、通院中の方にも特定健診を受けていただきたいのか、その目的をお伝えします。

●病院の検査と特定健診の違いは？

病院と特定健診の検査内容には重複している項目もありますが、それぞれ目的が違います。

○病院での検査目的

病気の診断や治療効果の確認

○特定健診の目的

治療中以外の病気の予防

治療中の病気の管理は主治医に委ね、その他の病気の予防・からだ全体の健康管理のために、年に1回の特定

健康のコラム



栗山さいとう眼科 院長 齋藤 秀文

近視について

生まれたての赤ちゃんの目の大きさは直径で約16・5㎜ですが、1歳半くらいまでに急激に大きくなり、直径20㎜（1円玉くらいの大きさ）になります。その後はゆっくりと大きくなり、成人では24・5㎜（10円玉くらいの大きさ）になるといいます。

さて、ここで問題です。目の球が大きいのと小さいのではどちらが近視や遠視になりやすいでしょうか？

正解は、目が大きいほど近視に、小さいほど遠視になります。

眼球の中には目の屈折に関する部位がありますが、一概には言えないのですが、眼球が大きくなるとその分、水晶体（レンズ）や角膜が薄くないとピントが網膜にありません。眼球は生まれてから体の成長にしたがい大きく

健診をご利用ください。

●病院では「大丈夫」でも、健診で「数値が高め」と指摘されるのはなぜ？

特定健診は糖尿病等の生活習慣病予防を目的としているため、病院よりも基準値が厳しく設定されています。

病院での検査結果が正常範囲内でも、加齢や生活習慣の変化により年々じわじわと数値が悪化していることもあります。

こうした経年変化を自己確認するためにも、通院中の方でも特定健診の受診が必要です。

●栗山町の特定健診の受診状況

平成24年度の受診率は23・7％（全道平均24％）でした。

表1 南空知4町の特定健診受診状況

※北海道国保連集計資料より。順位は全道179市町村の順位

	平成22年度		平成23年度		平成24年度	
	受診率	順位	受診率	順位	受診率	順位
栗山町	21.7%	132位	20.3%	141位	23.7%	137位
長沼町	61.3%	7位	56.0%	11位	58.3%	11位
南幌町	34.0%	63位	36.2%	56位	33.4%	76位
由仁町	52.7%	16位	52.2%	16位	51.0%	24位
北海道	22.6%	—	23.5%	—	24.0%	—

表2 平成25年度 地区別特定健診受診状況
(平成25年12月末現在)

地区名	対象者	受診者	平成25年度 受診率	平成24年度 受診率	増減
松風	417	46	11.0%	11.8%	↓
中央	426	34	8.0%	7.4%	↑
錦	72	11	15.3%	17.1%	↓
桜丘	136	13	9.6%	11.6%	↓
朝日	274	36	13.1%	14.5%	↓
富士	134	19	14.2%	16.2%	↓
中里	178	25	14.0%	12.3%	↑
湯地	114	14	12.3%	13.6%	↓
森	1	0	0.0%	33.3%	↓
鳩山	33	5	15.2%	13.5%	↑
雨煙別	33	6	18.2%	16.1%	↑
緑丘	28	3	10.7%	7.1%	↑
北学田	58	22	37.9%	34.5%	↑
桜山	42	7	16.7%	27.5%	↓
杵白	80	23	28.8%	31.0%	↓
旭台	56	21	37.5%	39.7%	↓
共和	37	12	32.4%	44.7%	↓
三日月	29	4	13.8%	13.8%	→
角田	157	18	11.5%	11.6%	↓
阿野呂	42	21	50.0%	48.8%	↑
大井分	49	6	12.2%	54.0%	↓
南学田	86	21	24.4%	37.3%	↓
継立	161	28	17.4%	18.0%	↓
日出	36	5	13.9%	20.0%	↓
御園	66	23	34.8%	36.8%	↓
南角田	36	11	30.6%	51.4%	↓
円山	38	6	15.8%	10.3%	↑
東山	8	2	25.0%	22.2%	↑
滝下	11	4	36.4%	45.5%	↓
合計	2,838	446	15.7%	17.8%	↓

献血にご協力を！

次の通り献血を実施します。皆さんのご協力をお願いいたします。

■期 日 2月26日(水)

■場 所 ①御園公民館 午前10時～11時

②栗山町役場 午後1時～4時

■対 象

16歳～69歳の健康な方

※65歳以上の献血については、60歳～64歳の間に献血経験がある方

今年度の受診率（12月末時点）は、前年度の同時期と比べて低く、市街地だけではなく農村部の低下も目立ちます。3月31日までに必ず受診するようお願い致します。

なります。成長期に眼球が普通よりも大きくなりすぎると近視が進むと考えてください。

★どうして近視が発生するのか？

近視が発生する原因は、遺伝要因と環境要因といわれています。両親が近視の場合は、両親が近視でない場合と比べると8倍も近視になりやすく、我が家のように片方の親が近視の場合は2倍近視になりやすいと言われています。世界の人口の約22％、約14・4億人が近視を持っていて、特に日本人を含めたアジア人に近視の割合が多く、近くを見る作業時間が長いほど近視が進行し、アウトドアでの作業時間が長いほど近視の進行を抑制すると言われています。

遺伝的にまったく同じ素因を持っていると考えられている一卵性双生児の調査では、2人に近視の差があり、環境因子の関与も大きいことが言われています。遺伝的な素因を持った人が、パソコン作業や読書、携帯ゲームなどの近くを見る作業をする中で近視を増加させているといわれています。



がぎりぎり小学生のころ（昭和54年）小学生で視力1.0未満の子どもは17・91%だったそうですが、平成24年の調査では30・68%に増加しています。これはかなり増加していると言っていると思いますが皆さんはどう思いますか？

近視の発生は、別の視点で見ると環境への人間の適応かもしれないかもしれません。アフリカの草原で遠くにいる獲物をとるために遠くをみたり、遠くにいる猛獣から逃げるために視力はとても重要だったと思います。ところが、文明が発達し、文字を書くなど近くがよく見えたほうが便利な世の中になりました。実際、アフリカの同じ国の人で、草原に住んでいる人と都市部に住んでいる人では近視の割合が都市部の人のほうが多いのです。



★近視は目の病気の発生リスクがある

老視が出てきて、近くが見えなくなると方は近視が見えたといいいいう方もいます。確かに軽度の近視ではあまり大きな問題はないですが、近視が強いと網膜剥離や、緑内障、黄斑変性症などの発生のリスクとなります。近視がとても強い場合には眼底の神経

の色調が悪くなり、神経が萎縮し病的近視と言われます。近視で眼球が大きくなると、その内側にある神経（網膜）が薄くなり、そこに栄養がいかなくなったり、血行が悪くなると網膜はだんだん薄くなり、真っ白になっていきます。こうなったら網膜はもとに戻すことができません。

★まだ説明されていない近視のすべて

さて、環境要因、遺伝要因の話をしました。では、なぜ近視になると眼球が大きくなるのでしょうか？

実はその真相はまだよくわかっていないのです。ですから近視の進行を抑える根本的な治療方法はまだないのが現状です。

ですが、動物実験などを通してわかってきていることを踏まえて、なるべく近視が進行しないようにという、知識を皆さんに伝えることはできます。

たとえば、2歳までの睡眠時の照明の明るさでその後の近視に影響するという報告があります。睡眠時の明かりが明るいと近視の割合が多くなっているそうです。我が家では、睡眠時に小さな豆電球をつけて寝ております。真っ暗だと怖いからという理由ですが近視に影響するのです。

次回は、視力が低下したと思い、眼科を受診せず、安易にメガネを作る危険性についてお話しします。