

令和2年度

兵庫県立視覚特別支援学校

支援部

アイ・あい だより



10月号



香りの記念日

1992年10月30日に石川県七尾市で第7回国民文化祭「世界香りのフェア IN 能登」が開催されたことに由来し、毎年10月30日は「香りの記念日」と制定されています。私たちが生活している中にも、いろいろな香りがあふれています。

人間は嗅覚で1兆種類の香りをかぎ分けられる、と言われています。香りをかぐことで脳に与える感情も異なるため、これをを利用して香りの効能を得られます。

たとえば柑橘系やフローラル系の香りをかいでリラックスする、肉や魚などの焼ける香りや、スパイスやにんにくなどの香りで食欲を増進させる、石鹼など清潔感のある香りで眠りにつきやすくなる、などです。「気分がイライラする」「食欲がない」「眠れない」ときなどは、香りの効能を取り入れてみるといいかもしれません。



本校の生徒の中には、すれ違ったり、教室をのぞいていたりすると、「〇〇先生や！」と言ってくる児童がいます。その言葉に、いつも驚かされます。足音でわからることも十分すごいですが、服の洗剤や柔軟剤のにおいを嗅ぎ分け、においで判断しているそうです。視覚からの情報が少ない分、嗅覚がするどくなるんですね。



前回は、「中心暗点」についてお話をしましたが、今回は「視野狭窄」についてお話ししていきたいと思います。

視野狭窄とは簡単に言えば視野が欠ける状態です。片方の目だけの視野狭窄は眼球の病気によることが多く、両方の目の視野狭窄は脳や視神経の病気によることが多いです。片方の目に視野狭窄が起こっても、正常な方の目が見えにくさを補い、両目の視野狭窄においても同様に、両目で見えにくさを助けあって見ているので、なかなか視野狭窄に気が付かないことが多いようです。



視野狭窄は2種類に分類され、「不規則性視野狭窄」と「求心性視野狭窄」があります。

「不規則性視野狭窄」(写真①)は、視野の一部が不規則な形で欠け、いろいろな部分が見えなくなっていくものです。緑内障や網膜剥離、網膜の出血などがきっかけで発症します。

「求心性視野狭窄」(写真②)は、全般的に外側から狭くなっていくものです。見ている物体の中心部分をしっかり見ることができても、その周辺は暗く見えにくく、筒状の物を通して見ているかのような感覚です。本や新聞は読めるのに、外出すると周囲の状況が把握できずに歩行に支障が生じることもあります。この症状の原因は、網膜色素変性症が代表的です。

次回は、この「網膜色素変性症」について詳しくお話しします。

