



# 9月23日は「網膜の日」

私たちの眼の奥には「網膜」という光を感じる膜があります。  
そこが冒されると、暗いところで見えにくくなったり、視野が狭くなったりします。  
完全に失明していなくても、歩くときには白い杖が必要になってくるのです。  
網膜の病気は、外見からは視覚に障害があるということがわかりにくいのです。

見えているのにわざと白い杖をついているのではないかと怪訝な顔をされることがあります。  
電車で席を譲られてスマホを見たりすると、「見えてるくせに見えないふりをしているのではないか？」そう思われることもしばしばあります。

しかし、実際に五円玉の穴ほどしか見えていなかったり、ものがゆがんで見えたり、  
スマホを見ることができても、白杖を使わないと安全に歩くことができないのです。

## どうか、網膜の病気を理解してください！

### ■なぜ、9月23日を[網膜の日]と決めたのでしょうか？

9月23日は、昼と夜の長さがほぼ同じになります！

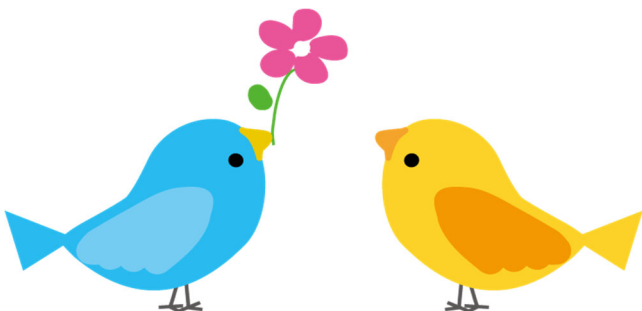
明るさは、網膜の病気の抱える患者にはとても重要なのです。

夜が長くなると、歩ける時間がどんどん短くなります。仕事に行けなくなることもあります。  
網膜が病気に侵されると、明るい昼間の長さということがとても重要になります。

網膜色素変性症、緑内障、糖尿病網膜症、加齢黄斑変性、網膜剥離など、網膜の病気はさまざまです。

これから、9月23日は毎年「網膜の日」です。このような病気があること、そして、  
白い杖をもっていても「完全に見えない」のではなく「見えにくい」人もいるということをお  
わかってください。

白い杖を見かけたら、ぜひ「何かお手伝いしましょうか?」と声をかけてください!!



公益社団法人 日本網膜色素変性症協会  
03-5753-5156 info@jrps.org

## 2017年から9月23日が「網膜の日」に！

### ☆「網膜の日」が記念日になりました！

「網膜の日」は、網膜色素変性症をはじめ、緑内障、糖尿病網膜症、加齢黄斑変性、網膜静脈閉塞症、網膜剥離など、さまざまな網膜の病気についての理解を深め、そうした疾患を抱える人たちとともに生きる社会づくりを考えていくため、2017年に制定され、日本記念日協会から認められた国民的な記念日です。

2017年9月30日（土）、公益社団法人日本網膜色素変性症協会が主催する「世界網膜の日 in 宮城」（会場：仙台市福祉プラザ）にて認定授与式が行われました。その後、全国各地で「網膜の日」の普及に向けた活動を展開しております。

### ☆なぜ9月23日？

9月23日は、昼と夜の長さがほぼ同じになります。そしてこの日を境に、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。仕事に行けなくなることもあります。網膜が病気に侵されると、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…。

私たちの目の奥には「網膜」という光を感じる膜があります。

網膜が冒されると、モノがゆがんで見えたり、視野の中心が黒く曇ったり、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。ところが、網膜の病気を抱えていても、周りの人からは分かりにくいので、十分な理解が得られなかったり、いわれのない差別を受けることもあります。

### ☆網膜の病気を抱えた人たちと生きるために

目の不自由な人が持っている「白杖（はくじょう）」。これは、まったく目が見えない人だけが持っているわけではありません。網膜の病気を抱えた人の「見え方」や病気の進行度合いはさまざまで、実際に五円玉の穴ほどしか見えていなかったり、ものがゆがんで見えたり、スマホを見ることができても、白杖を使わないと安全に歩くことができないのです。しかし、そうしたことを知らない人から、「見えているのに、見えないふりをしているのでは？」と思われ、非難を受けることも少なくありません。

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。

### **【公益社団法人 網膜色素変性症協会】**

国の特定疾患（難病）の一つに指定されている「網膜色素変性症」ならびにその類縁疾患の治療法確立と患者のQOL（生活の質）向上を目指して活動。

問合せ：公益社団法人 日本網膜色素変性症協会「網膜の日」事務局

TEL：03-5753-5156 Eメール：info@jrps.org