

健康経営 15 目の健康 セルフチェック/健康知識

健康経営優良法人認定の調査項目の一つである「目の健康」について、生産性低下の要因となる眼精疲労やブルーライトの影響など身近な目の疾患について理解を深め、治療や予防の重要性を理解します。

セルフチェック 15 目の健康

<想定学習時間> 10分

<最短学習時間> 3分

目の健康に関する知識・行動のリテラシー度をセルフチェックで確認します。

健康経営 15 目の健康

<想定学習時間> 30分

<最短学習時間> 15分

<レポート問題> 1回10問

※ランダム出題

労働生産性や生活の質の低下の大きな要因となっている目の不調の原因となる眼精疲労、ドライアイ、花粉症、ブルーライトなどの予防や治療や対策について学びます。また、健康診断で扱われることのない目の検診について学び年1回の眼科検診の重要性を理解します。

カリキュラム

1. 目の不調で生産性が低下する？
2. 放置するとキケン！眼精疲労の症状や予防・対策
3. かゆくてつらいアレルギー性結膜炎の予防と対策
4. ブルーライトが目にも与える影響とは？
5. 視力検査だけで大丈夫？眼科定期健診の大切さ



受講対象者 ●ビジネスパーソン全般

監修

●三宅 琢
医師、医学博士、眼科専門医、
労働衛生コンサルタント