

## 3歳6か月児健康診査における視覚検査について

### ☆子どもの視力について

生まれたばかりの赤ちゃんの視力は、人の影が分かる程度ですが、両方の目を使って自分の周りの世界を見ることによって、視力は徐々に良くなっていきます。

1歳ごろの視力はだいたい0.2くらいですが、2～3歳になると0.4から0.8くらいの視力となります。5～6歳頃にはおとなと同じ1.0から1.5の視力となり、両目を使って物を立体的に見る力も完成されます。

このように視力の発達は身長や体重の発達に比べ、はるかに早い時期におとなと同じレベルに達します。もしも、この視力の発達に大切な乳児期から幼児期にかけて、発達を妨げる要因が生じた場合、その目の視力の発達はこの時期で停止してしまいます。この状態を弱視といいます。

このような弱視を小学校に入る頃まで放置していると、治療しても視力がよくなる場合があります。しかし、早期に発見し適切な治療を行えば、ほとんどの場合、普通の子どもの視力と変わらなくなります。

このため、弱視の発見は乳幼児期に行われなければなりません。そこで、3歳6か月児健康診査に屈折検査および視力検査を行っています。

当日視力検査が上手にできるように家庭で練習してきてください。

### 屈折検査について

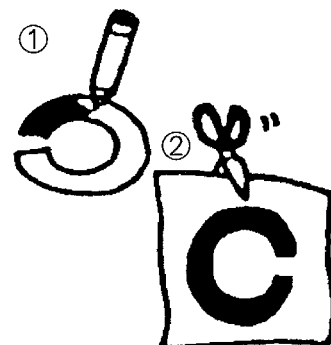
- ・ 屈折検査では、屈折値（目のピントが合うために必要な度数）を調べます。従来の視力検査に加えて当検査を行うことで、弱視の見逃しを減らすことができます。
- ・ 健診では、携帯型の屈折検査機器を使います。少し暗い部屋で、お子さんは保護者と座った状態で機器の点滅する模様を見るだけです。
- ・ 検査の際、お子さんの目に前髪がかからないように、抑えてあげてください。
- ・ お子さんの視線が合えば、数秒で検査は終わります。  
※機器での測定には誤差や境界があります。
- ・ 屈折検査の前は、スマホや絵本など近くのを集中して見ないようにしてください。  
(検査に影響が出る可能性があります。)

### 視力検査の練習

**【用意するもの】** 厚紙、黒のマジック、はさみ

1. 厚紙に、うらのような環を書いて、黒のマジックで塗ります。
2. 厚く塗った部分をはさみで切りぬきます。これを2枚作ります。

※お子さんに車のハンドルのように持たせるため、少し厚めのものを作ってあげてください。



この視力表は

## ランドルト環

といいます。

### 準備ができたら始めましょう

1. 保護者の方が車のハンドルを持つように、お子さんにランドルト環の持ち方を教えてあげてください。
2. お子さんが環の切れ目をじょうずに回せるようになったら、保護者の方がランドルト環を見せながら、「環の切れたところは、どこかな？さあ、これと一緒にしてごらん」などと同じ方向に合わせるように楽しいムードでお子さんをリードしてあげてください。

