

クローバー

秋田県立視覚支援学校
ロービジョン支援センター
令和7年12月1日発行
第4号

子どもの視力の発達について

子どもの目は、生まれた瞬間から発達が始まります。しかし、目の発達にはタイムリミット（臨界期）があるのはご存知でしょうか。タイムリミットを迎える前に異常を見付け、適切に治療することがとても大切です。

ロービジョン支援センター乳幼児支援班では、市町村や就学前の保育・子育て支援施設からの依頼を受けて「子育て講座」を行っています。ここでは、講座でお伝えしている内容や、参加者の方から寄せられた質問についてご紹介します。

「見える」ってどういうこと？

視力は「脳」の機能です。目に入った光が網膜に投影され、電気信号として脳へ送られることで、初めて「見える」と認識します。しっかりとピントの合った映像を網膜に映すことが必要です。

屈折異常を見つけて矯正することが大切なのは、そのためです。

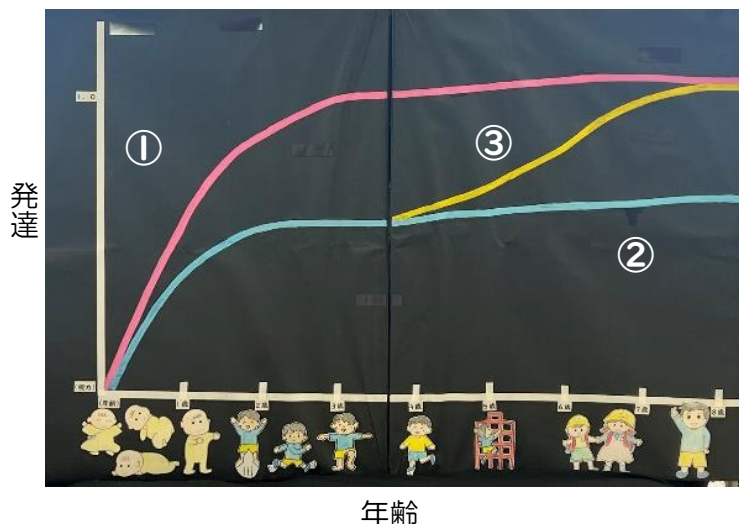


赤ちゃんってどれくらい見えているの？

赤ちゃんは、生まれたその瞬間から周囲の光を目に取り込み、視力を発達させていきます。生まれたばかりの赤ちゃんの視力は0.02程度と言われており、授乳するお母さんの顔がぼんやりと見えるくらいです。3歳ごろには0.8程度まで伸びると言われています。



視力の発達にはタイムリミットがあるの？



視力は、生後1年までに急激に発達し、その後は徐々に緩やかになり、6歳から8歳ごろに発達がほぼ止まると言われています。必要な治療を就学までに行えるよう、検診や日常の観察（遊びを通じた気づきなど）を大切にしたいものです。

写真：視力の発達グラフ

- ① 正常な発達
- ② 弱視の状態
- ③ 治療を開始した場合

3歳児検診で精密検査を勧められたら？

3歳児検診で行われる眼科検診で精密検査を勧められた場合は、できるだけ早く眼科を受診してください。異常が見付かったとしても、早期に治療を開始することで、タイムリミットである就学までに視力の発達を促せる場合が多いと言われています。



スマホなどのデジタル機器を使う時の注意点は？

2歳までは、スマホ等を見せないようにするのが理想ですが、デジタル機器とうまく付き合っていくためには、「距離」を意識することが大切です。目から少なくとも30cm以上離して見ることができるよう、スタンドやホルダーを活用するなどの工夫が必要です。子どもの腕は短く、手に持ったままでは30cmの距離を確保できないことが多いことを理解しておくことも大切です。



子どもの目の発達の特徴を知り、デジタル機器だけではなく、全身を使った遊びやアナログな遊びを取り入れ、健やかな目の育ちをサポートしたいものです。

【参考：日本眼科医会ホームページ】
＜文責 佐藤加奈子＞

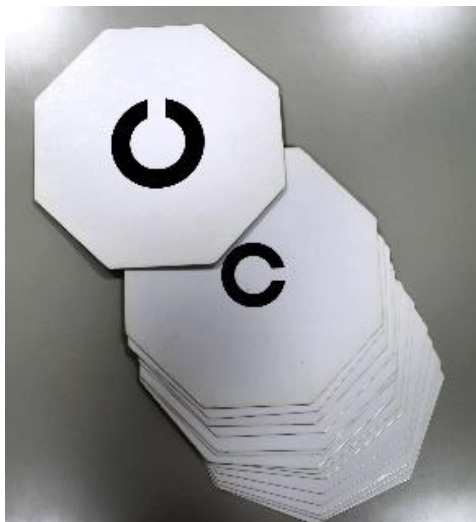
視力検査のいろいろ

教室の最前列の席から板書を見るために必要な視力は、0.3と言われています。学校で行う視力検査は、主に教室で板書が見えるかどうかを確認するための一つの手がかりになります。

一般的な視力検査と言えば、5m*の距離で測定する遠距離視力で、視力計（字詰まり視標）で測定します。しかし、この方法が難しい場合には、ほかにもさまざまな検査方法があります。ここでは、本校で活用している検査方法をご紹介します。

5m*：通常は5mの距離で測定しますが、5mよりも近い距離で測定した場合は、距離の換算をして遠距離視力を導き出します。

$$\frac{\text{検査した距離}}{5} \times \text{その距離で見た視標の数値}$$



ランドルト環 字一つ（単独）視標

環の切れ目を口頭、指差し、ハンドルで示す等で測定します。

→カードと同じ向きに、手元のハンドルを合わせています。





これと同じのものは
どれかな？

単独絵視標

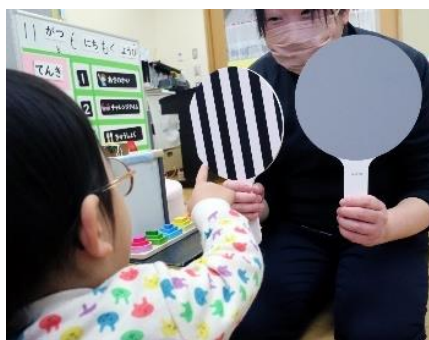
何の絵か、口頭、または
マッチングによって判定し
ます。

提示しているカードと同
じ絵を、手元のシートで指
差ししています。



Lea GRATINGS (縞視標)

「無地の面」と「縞の面」を同時に示し、縞がどちらかを指差して答えさせることで調べます。指
差しができない場合でも、視線の動き（縞の方を見たかどうか）を観察して、他覚的に判定すること
ができるため、0歳から検査が可能です。



しましまは、
どっち？

同時に提示した面の、
縞の方を指差ししていま
す。

森実式ドットカード

近距離（30cm）の視力検査
です。動物（うさぎ、くま）の目
が分かるかどうかで調べます。



目があるのは、
どっち？



※ 通常は 30cm の距離で
測定しますが、30cm より
近い距離で測定した場合に
は、距離の換算が必要になり
ます。

両方の人差し指などで目を隠
すことができたかどうかを判定
します。上の写真では、くまの
目が隠れていないため、見えて
いないと判定します。

巧緻性の
問題で正確
に示せない
場合

目があるカードと
目がないカードを同
時に提示し、目があ
る方のカードを指差
してもらいます。

【参考・引用】視覚障害教育入門Q&A（ジアース教育新社）
＜教諭（兼）教育専門監 落合久貴子 ・ 視能訓練士 田中敦子＞



お問い合わせは

秋田県立視覚支援学校 ロービジョン支援センターへご連絡ください。

相談支援担当 近江龍静（教頭）、銭谷寿、佐藤加奈子、武田幸美、藤田由樹

〒010-1409 秋田県秋田市南ケ丘一丁目1番1号

TEL 018-889-8571 FAX 018-889-8575

E-mail shikaku-s@akita-pref.ed.jp