

## 3歳8か月児健康診査の視力測定・屈折検査について

### 視力検査について

#### ◆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まわ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歳頃の視力はだいたい0.2くらいですが、3歳8か月児になると、0.5~1.0くらいの視力となります。5~6歳頃には大人と同じ1.0~1.5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育に比べ、はるかに早い時期に大人と同じレベルに達します。ところが、強い遠視や乱視、斜視などがあると視力の発達が止まってしまい、この状態を弱視といいます。（視力の弱い子どもさんは、日常生活の中で見えにくい状態に慣れているため、ほとんど「見えない」「見えにくい」とは言いません。）

このような弱視は小学校に入る頃まで放置すると、治療しても視力の良くなることが多いです。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。

そのため、弱視の発見は幼児期に行わなければなりません。そこで、視力の測定が可能となる3歳8か月児健診で視力測定を実施しています。

#### ◆視力検査の練習◆

健診当日、測定がスムーズにすすむように家庭で練習してきてください。

##### 〈用意するもの〉

はさみ、厚紙またはダンボール、のり

##### 〈練習用ランドルト環の作り方〉

1. ランドルト環が印刷された次のページを切り取り厚紙に貼ります。
2. 環を切り抜きます。  
同じ要領でもう1枚作ります。



この一部が切れた環を

# ランドルト環

といいます。

準備ができれば始めましょう。

1. ランドルト環を保護者と子どもが1つずつ持ち、少し離れて立ちます。
2. 車のハンドルを持つ要領で、ランドルト環を見せ合います。
3. 子どもに環の切れ目を意識させます。
4. 保護者が環を回し、子どもにまねをさせます。
5. 保護者が環の回転をとめ、環の切れ目の向きを確認します。子どもに、環の切れ目が同じ向きになるようまねをさせます。
6. 環の切れ目の向きが同じになったら褒めてあげてください。
7. ゲームをする感覚で楽しく行ってください。

切り取ってお使いください

