

ドクター メモ

子どもの近視が増えています

小・中学生は

進行しやすい年代

近視になると遠くがぼや

けて見え、黒板の文字が読
みづらくなるため、学校で
は毎年春に視力検査を行っ
ています。現在、学校での
視力検査は3つの視標を
使って、見え方をAとDの
4段階で評価する方法が広
く行われています。Aは視
力1.0以上で正常、Bは視力
0.7と1.0で大きな支障はない、
Cは0.3と0.6で教室の後ろの
席では黒板の文字が読みづ
らい、Dになると前の席で
も黒板の文字が十分に読め
ない、とされています。と
ころが最近、BとDの子ど
もが増え、子どもの視力が
低下していることがわかり
ました。文部科学省の調査
によると、小学生は3人に
1人、中学生は2人に1人
が正常の視力1.0に満たない
ということです。視力低下
の原因は、ほとんどが近視
の進行によるものとされて
おり、今後の動向が心配さ

れています。

なぜ近視になるのでしょ
うか。残念なことに、その
答えは分かっています。分
かっているのは、遺伝に
関与していることと、視環
境に影響されるということ
です。このうち、子どもの
視環境はIT機器の発達と
ともに急速に変化していま
す。パソコンや携帯電話、
中でも携帯ゲーム機は子ど
もを夢中にさせます。(1)近
くを(2)集中して(3)見続ける
ことは、近視の進行を促進
させる要素と言われており、
IT機器の映像はこの3つ
を満たしています。3Dテ
レビの普及や教科書代わり
のIT機器など、今後も視
環境の変化は続くでしょう
が、特に近視が進みやすい
小・中学生には見守りが求
められています。