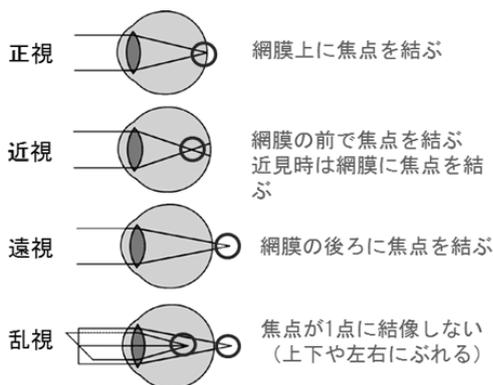


## 視力に関する基礎知識

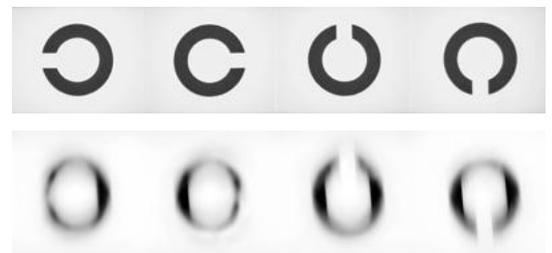
生まれた時の眼の屈折状態は遠視ですが成長とともに軽減し、就学を迎える頃には正視となり、その後学年が進むにつれて近視の割合が増えてきます。一方生まれてすぐの赤ちゃんは眼の前で動くものを認識できる程度の視力ですが、毎日ものを見続けることにより発達し、**1歳で0.2~0.3、2歳で0.5~0.6、そして3歳になると多くの子どもは1.0の視力を獲得するようになります。**



**近視の見え方** 近視の人が遠くをみている時は左図の状態のとおり網膜の前で結像するため、写真のピンボケ（前ピン）状態になりますが、近くのもの、例えばデスク周りなどははっきりと見ることができます。ただ強度近視になると、10センチぐらいに近づかないとピントが合わないためデスクワークにおいても凹レンズの眼鏡が必要になります。

**遠視の見え方** 遠視では上図の遠方視ではピンボケ（後ピン）になっていますが、子どもの場合、軽度の遠視では自動的に調節力が働き、像は網膜に結像するため実際にはピントの合った対象物を見ることができます。遠くはもちろん、近くを見る時にもはっきりと物を見ることができ、見え方は正視と変わりません。このように子どもの眼は十分な調節力を持っているため、遠方視力の良い軽度の遠視では眼の疲れを訴えることはありません。しかし中高生になってくると近業による眼の疲れを訴える生徒がおり、凸レンズの遠視用眼鏡を利用するように指導します。一方、少し度の強い遠視になると、近くがぼやけ、さらに遠見視力も低下する傾向が見られます。例えば朝は良く見えていても、夕方頃になると視力が低下するなど視力の日内変動があるのもこのような遠視の特徴で、年齢が進むほど顕著になってきます。

**乱視の見え方** 下段は近視性直乱視の見え方をイメージしたものです。近視性直乱視では上下の切れ目は左右に比べ識別しやすくなります。文字では「り」は読めても、「こ」は読み難くなります。



近視と乱視、遠視と乱視等、2つの屈折異常が重なっていることが多く、それぞれ近視性乱視、遠視性乱視と呼ばれています。



※視力が1.0以下（B・C・D）で眼科受診を済ませていない生徒 85名  
※冬休み明けまでに受診を済ませ、配付した通知で受診結果を報告してください。

# 色覚検査（先天色覚異常を判別する検査）について

先天色覚異常は、男性の5%（20人に1人）女性の0.2%（500人に1人）の割合で見られ、40人学級で男女同数なら1クラスに1人いることとなります。色がまったく分からないのではなく、異常の程度やその時の状況によって色が見分けにくいことがあります。日常生活ではほとんど不自由がなく、そのため家族でも気づかないのが普通ですが、時に色を見誤り周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあります。小学校も高学年になると一部の子どもは色の感じ方について皆と違うことに気づき始めるようですが、中高生になっても約半数の者が自身の異常について気づいていないことが日本眼科医会の調査で分かりました。また同調査で自からの色覚異常について知らなかったことで、進学・就職に際してトラブルに巻き込まれた例が多くあることも確認できました。

## 進学・就職に見られる問題

小学校高学年頃から経験を踏まえながら自分の色覚特性を知り、少しずつ周りの状況に合わせることでできるようになってきます。しかし、この10年余りの間、多くの学校で検査が実施されておらず、先天色覚異常の約半数は中高生になっても自らの色の特性に気づいていないことが分かりました。そのため進学・就職において様々なトラブルが起きました。以下は事例の一部です。

- 工業高校入学後の健診で異常を指摘され、職業選択に不安を抱いた（15歳男）
- 消防の仕事我希望、願書に色覚があり検査を受けて異常を指摘された（18歳男）
- 警察官志望だったが色覚異常とわかり断念した（18歳女）
- 就職試験（自動車整備業）で初めて色覚異常を指摘されて驚いている（18歳男）
- 航空大学受験希望、本人は自覚症状なし（22歳男）

このように進学・就職におけるトラブルは一生にかかわる問題だけに深刻なものばかりです。進路を考え、色覚制限のある職業や資格（航空、船舶、自衛隊、警察、消防、鉄道、バス関連など）や特別な学校（航空、船舶、鉄道、防衛、警察関連など）の他、色覚異常が不利になる職業・作業（調理師、美容師、看護師、介護士、カメラマン、ファッション関連など）を周知しておくことが大切です。

## 学校における色覚検診

色覚検診は、健康診断の必須項目でないため、色覚検査の希望がある場合に実施します。学校での色覚検診は色覚検査表を用いて行うスクリーニング検査ですので、検査表が読めない、間違っ読むなど、異常が疑われた場合には眼科受診を勧めます。先天色覚異常かどうかは眼科を受診して色覚検査を受けなければ分かりません。

色覚検診を希望するひとは、保健室へ申し込んでください。また、プライバシーを考慮し、個別での検診となります。