

3歳6か月児健診では視力検査を行います！ ～お家で事前に練習しましょう～

<子どもの弱視について>

子どもの視力は、自分の周りの世界を見ることにより発達し、5歳ごろには大人と同じ視力になります。乳幼児期は視力を育てていく大切な時期で、この時期に何らかの弊害が生じると、ピントが合わなくなるなど視力の発達が止まってしまいます。（これを弱視といいます）早期に見つけ適切な治療を受けることでほとんどの場合、一般的な子どもと変わらない視力をつけていくことができます。

3歳6か月児健診で実施する視力検査は近視・遠視・乱視などによる弱視を発見するために行います。

健診当日に視力検査がスムーズに行えるよう

ご家庭で練習をお願いします

<用意するもの>

この用紙、厚紙や画用紙、はさみ、のり（セロテープ）

<作り方>

この用紙の裏面にCと書かれた“わっか”が2つ描いてあります。
この“わっか”をランドルト環といいます。

- ①「子ども用」を厚紙や画用紙に貼り付けます。そのままでも使えますが、切り抜くと車のハンドルのように持つことができます。
- ②「保護者用」はそのままお使いください。

<練習方法>

ステップ1

車のハンドルを持つように、子どもにランドルト環を持たせます。保護者のランドルト環の切れ目を「上」に向け、子どもにも輪を同じ方向に向けるよう声をかける。



〇〇ちゃんの持ってる黒い丸の空いているところはどこかな？この絵と一緒にできるように回してね。すごいね、おんなじにできたね！

ステップ2

ランドルト環の切れ目の向きを「下」にして、子どもが持っている方の切れ目も「下」に向けます。向きが同じになっていることを一緒に確認しましょう。



丸の空いているところが変わったね。〇〇ちゃんの丸の空いているところも一緒にしてみようね。またおんなじになったね！

ステップ3

ランドルト環の切れ目の向きを「上」にして、子どもが持っている方も、切れ目の向きを合わせるように声をかけます。



じゃあ、今度はこの丸の空いているところと同じにしてみようね。できるかな～？

★★練習のポイント★★

上手くできたら、「上手にできたね！すごいね！」とほめてあげながらゲーム感覚で楽しく練習をしてみてください。「上下」ができたなら「左右」も同じように行ってみましょう。

※この時期の子どもは「左右」よりも「上下」のほうが理解しやすいため、まずは「上下」の切れ目を合わせることから始めてみましょう。



ステップ4

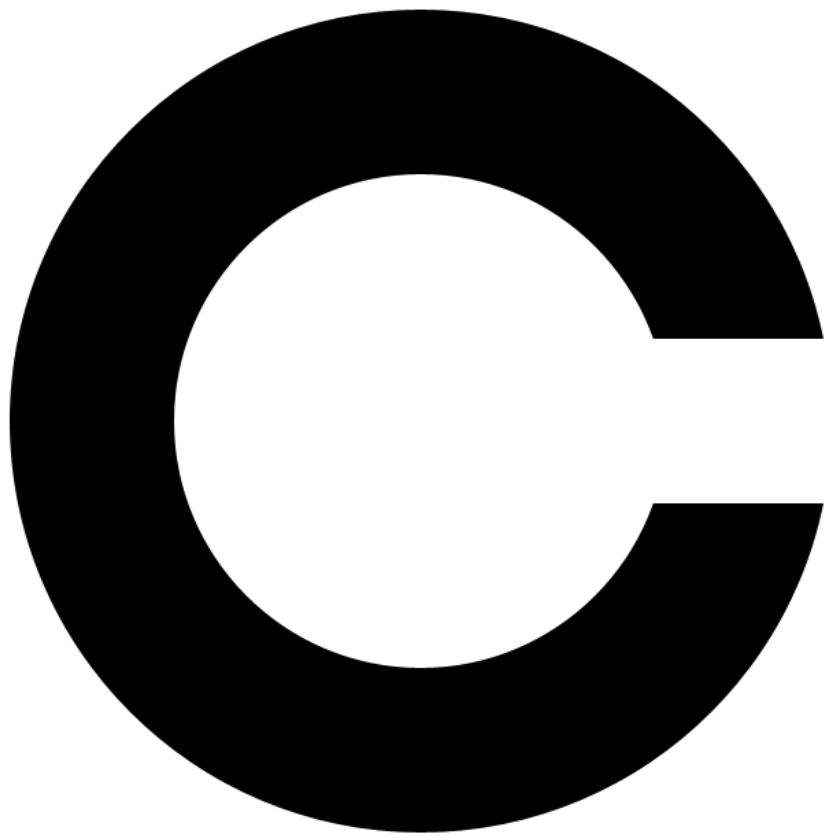
近い距離での練習ができたなら、今度は離れて行ってみましょう。健診当日は、5メートルほど距離をとって検査をします。



2.5m

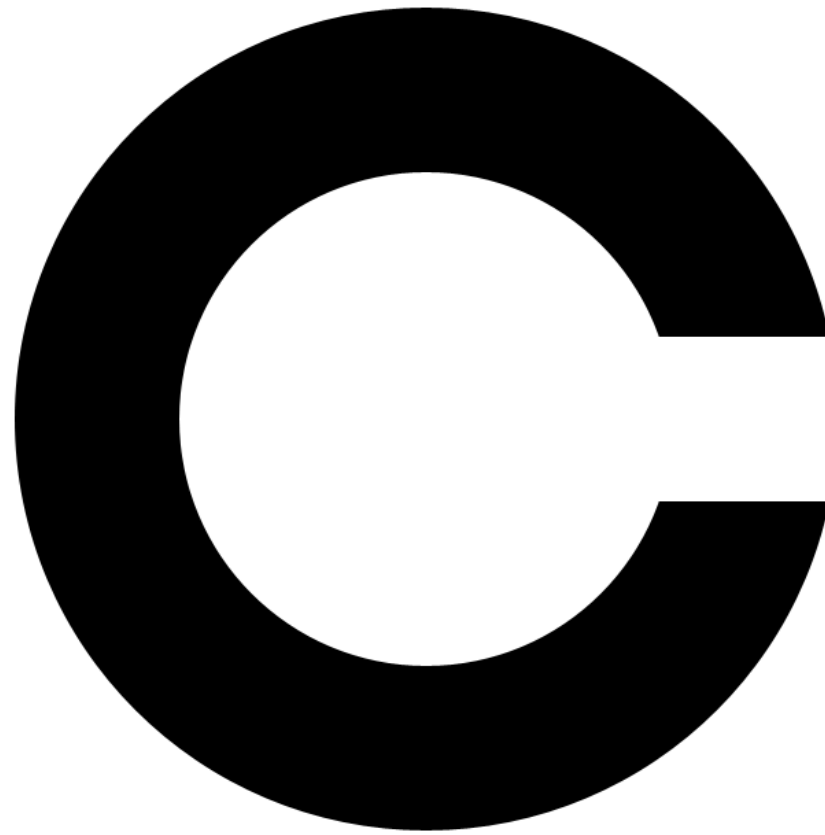


健診当日は眼鏡をかけて片目ずつ検査をします。“片目を隠す”という慣れない行為を行いますので、お家でも一度手やタオルで覆い片目で見るということに慣れておくとういことも良いかもしれません。



保護者用

きりとり線
✂



子ども用