

# 佐倉市 3 歳児健康診査 目の検査について大切なお知らせ

## 3 歳児健診は、お子さまの目の異常が発見できる大切な機会です

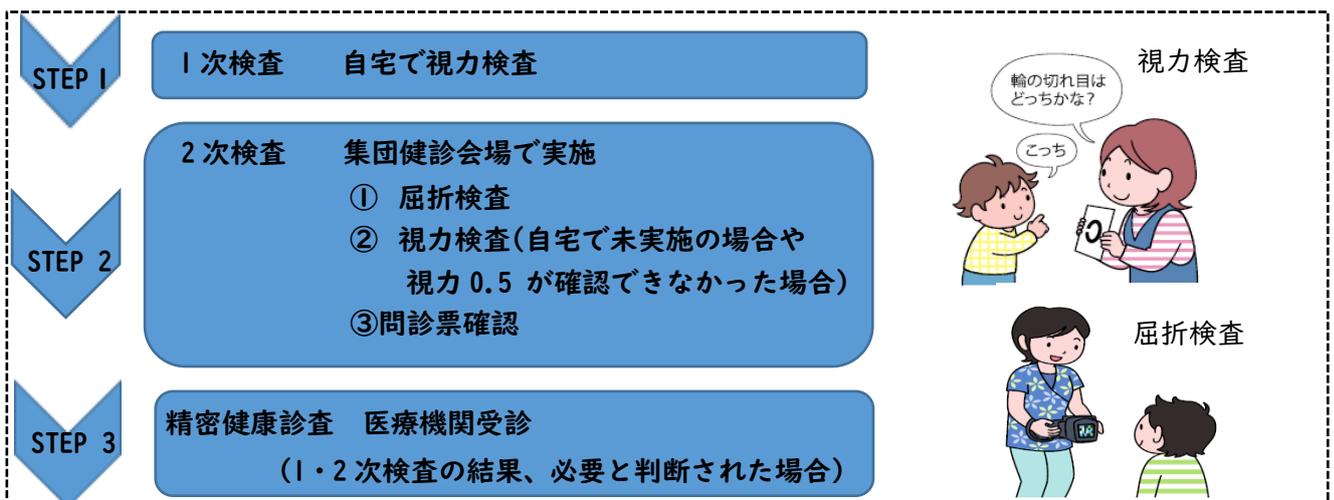
子どもの目は、生後すぐから 3 歳頃までに急速に発達し、6~8 歳頃までにほぼ完成します。この大切な時期に、視力の発達を妨げる原因があると視力の発達が停滞し、「弱視」になることがあります。

弱視の原因は様々ありますが、強い遠視や乱視、斜視等が原因となっていることが多くあります。お子さまが生活の中で「見えにくい」と自覚し大人に教えてくれることも、大人も気づくことは難しいです。

そのため、3 歳児健診でお子さまの視力が順調に発達しているか確認し、弱視があれば早く発見し、視力が発達している時期の治療（眼鏡を使用するなどの治療）のタイミングを逃さず治療を開始することが大切です。



## 3 歳児健診 目の検査の流れ



「屈折検査って上のきょうだいの3歳児健診のときはなかったけど、どうしてですか？」  
「屈折検査で目の写真を撮れるなら、視力検査は必要ないのではないですか？」



**A** 屈折検査は弱視の早期発見のために、令和4年10月から集団健診会場で開始しました。屈折検査では、視力を測定することができません。日本弱視斜視学会及び日本小児眼科学会からも、屈折検査と視力検査の両方を併用することが強く推奨されています。

# 家庭での視力検査の方法

## ■視力検査を行う前の注意点

1. 明るいお部屋で行います。テレビは消しておきましょう。
2. 子どもが機嫌のよいときに、遊びやゲーム感覚で行います。最初は上手にできなくても、練習するとできるようになってきます。
3. 上手にできたら「すごいね」「上手だね」とほめて、やる気と集中力を応援しましょう。

## ■視力検査を実施してみましょう

### ①まずは近くで両目で指さしの練習



\*指さしが難しい場合、子ども用のハンドルを持たせ、保護者の方と同じ方向に合わせてもらいます



### ②少し離れて両目で練習（大きい指標）



日本弱視斜視学会  
<https://www.jasaweb.jp/general/3saiguide/guide2>

日本視能訓練士協会  
<http://www.jaco.or.jp/ippan/sansaiji/>



### ③片目をしっかり隠します

\*こんなかくし方は×

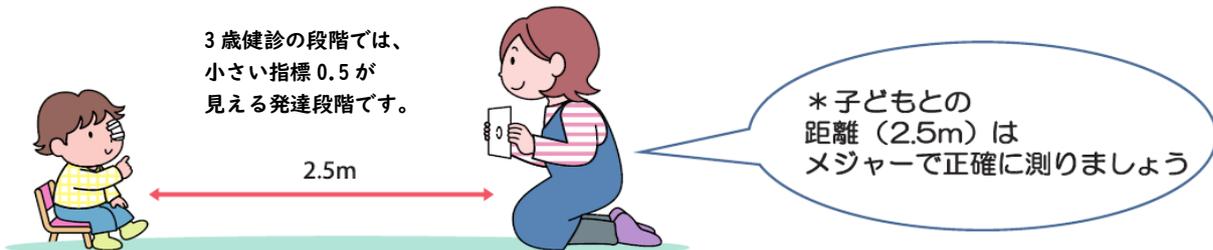
○ ティッシュペーパーを8つに折って、テープ等でとめると、片目が全部隠れます。



×



### ④さあ本番！2.5m離れて片目ずつ、上下の向き⇒左右の向きの順に検査をしましょう (小さいほうの検査用視標(0.5)を使って右目⇒左目の順に検査します)



切れ目の向きを上下左右の方向を見せた時の結果を、別紙に記入します。

## ■目を覆うことを嫌がったら佐倉市オリジナル「さく丸」のお面を使ってください

佐倉市ホームページからダウンロードまたはQRコードからアクセスしてください

