

見る力に関するチェックシート

Checklist for Ability to See

おうちのかたへ

For Parents

「人間は目から 80%の情報を得る」と言われております。しかし、最近の子どもの見る力に様々な問題があることがわかってきました。

It is said that "humans get 80% of their information from their eyes". However, these days, it has become clear that there are various problems with children's ability to see.

例えば・・・

For example...

- ① 写して書くのが苦手。(授業中、黒板から教科書に視線移動したときやノートに視線移動したときに、見づらいことがありますうまくノートに書けない。)

Children who are not good at copying and writing. (For example, during class, when the students shift their gaze from the blackboard to the textbook or to their notebooks, they have difficulty seeing and writing in their notebooks properly.)

- ② 身体能力はあるのに、球技が苦手。(飛んでくるボールの距離がわからず、なかなかキャッチできない。)

Children who have physical ability but are not good at ball games. (For example, they cannot grasp the distance of a flying ball and cannot catch it easily.)

- ③ 落ち着きがない。(実は周りがよく見えず、状況がわからないため、そわそわしてしまう。)

Restless children. (In fact, they fidget because they cannot see their surroundings clearly and do not know what is going on.)

上記の状態は、いずれも見る力に問題があってみられる現象です。

All of the above conditions are seen due to problems with the ability to see.

お子様には、どんな風に見えるか質問しても、うまく答えられない場合がある為うやむやになってしまいます。お子様が小さいうちに、周りの大人がいち早くこの状態を把握し、対策をとることが大切です。

Even if you ask your children what they see, they may not be able to give you a good answer, so the question will remain unanswered. It is important for adults to recognize this condition as soon as possible and take countermeasures while children are still young.

チェックシートに関して

About the Check Sheet

◎右側チェックシートの「2. だいたいあてはまる」または、「3.よくあてはまる」の数が7個以上の場合は、お近くの小児眼科医へのご相談をお勧めいたします。

◎On the right side of the checklist, if the number of "2. Generally applicable " or "3. Very applicable " is 7 or more, we recommend that you consult with your local pediatric ophthalmologist.

監修:大阪医大 LD センターオプトメトリスト奥村智人先生

発行元:NPO「みるみえる」

Supervised by Dr. Tomohito Okumura, Optometrist, Osaka Medical College LD Center

Publisher: NPO "Mirumieru"

0→あてはまらない
1→少しだけあてはまる
2→だいたいあてはまる
3→よくあてはまる

Not applicable
A little applicable
Generally applicable
Very applicable

1、	動いているボールやおもちゃを目で追ったり、取ったりするのが苦手である。 Children have difficulty following and retrieving moving balls and toys with their eyes.	0	1	2	3
2、	物を見る時、顔を傾ける(例、横目で見ると、上目使いで見ると、顔を横に傾けてみる など) When children look at things, they tilt their faces. (e.g., looking sideways, looking up, tilting face sideways, etc.)	0	1	2	3
3、	指をさしたり、提示されたりした物をすばやく見つけられない The child is unable to quickly locate objects that are pointed at or presented to him or her.	0	1	2	3
4、	両方の目が同じ方向を見ていないことがある Sometimes both of the child's eyes are not looking in the same direction.	0	1	2	3
5、	つまずいたり、物や人にぶつかったりすることが多い The child often stumbles or bumps into objects or people.	0	1	2	3
6、	ぬり絵やなぞり書きが苦手 Has difficulty with coloring or tracing.	0	1	2	3
7、	目に見える位置の衣服のボタンのとめはずしが苦手 Has trouble unbuttoning visible clothing.	0	1	2	3
8、	手元をあまり見ずに遊んだり、作業したりする Play or work without looking at the hand carefully.	0	1	2	3
9、	絵本などを見る時細かい部分に気づかない When looking at picture books, etc., he/she does not notice details.	0	1	2	3
10、	下り階段や平均台など段差のある場所を怖がる Fearful of places with steps, such as stairs or a balance beam.	0	1	2	3
11、	目を細めて物を見る The child squints when looking at things.	0	1	2	3
12、	先生の示す見本や、まわりの子どもの様子を見て行動することができない The child is unable to follow the teacher's example or the children around him/her.	0	1	2	3
13、	物を見る時に、しばしば目をこすったり、まばたきをしたりする When looking at things, they often rubs eyes or blinks.	0	1	2	3
14、	片目をつぶって見る Looks with one eye closed.	0	1	2	3
15、	物を見る時、必要以上に顔を近づける When looking at an object, puts his/her face closer than necessary.	0	1	2	3

小計
Subtotal

--	--	--	--

合計
Total

--

「大阪医大 LDセンター 幼児~1年生用見る力チェックリストからの抜粋」
[Osaka Medical College LD Center
Excerpts from the Ability to See Checklist for Infants~Grade 1]