

6月10日は「こどもの目の日」！ 30～40代のパパママ世代を調査

8割弱が、子どもの視力に悩みや心配あり

一方、視力の発達に関する知識は十分ではない状況

弱視の早期発見は「3歳児健診の屈折検査」が重要

子どもの < 視力検査・眼鏡づくり > のポイントとは？ 専門家が解説

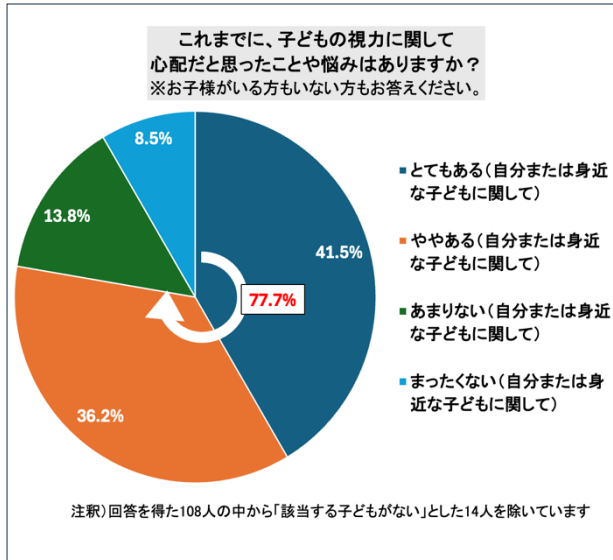
全国101店の眼鏡専門店を運営する(株)ビジョンメガネ(大阪府大阪市、代表取締役社長 安東晃一)は、6月10日の「こどもの目の日」を前に、「子どもの目」に関するアンケート調査を実施しました。

対象は、パパママ世代である30～40代の男女(既婚者)で、メッセージアプリの調査サービス※を使い、108人から回答を得ました。 ※(株)ビジョンメガネ調べ LINEリサーチ プラットフォーム利用

調査は2025年4月23日から4月25日にかけて行なっています。

アンケートの結果、8割弱が、子どもの視力に関して心配に思ったり悩んだりしていることが分かりました。

子どもの眼鏡選びで大事にするポイントでは、ファッション性よりも機能性を重要視しており、目の健康への意識の高さが伺えます。具体的には、「フィット感・ズレにくさ」(63.9%)や「耐久性・壊れにくさ」(59.3%)、「軽さ・快適さ」(58.3%)、「きちんとした視力矯正」(54.6%)は5割以上が重視し、「デザイン・色・見た目などファッション性」(25.9%)を重視するのは4人に1人程度にとどまりました(複数回答可)。



一方で、子どもの視力の発達に関する知識は十分でないことが分かりました。「視力は一般的に3歳頃までに急速に発達し、6～8歳頃にはほぼ完成(1.0程度になるのが理想)、10歳頃には成長が止まることをご存知ですか？」の質問に、8割以上が「知らない」と回答しました。

Q1.これまでに、子どもの視力に関して心配だと思ったことや悩みはありますか？
※お子様がいない方もいない方もお答えください。

| 回答項目 | 回答数 | 割合1 | 割合2 |
|----------------------------|-----|--------|-------|
| ・ とてもある (自分または身近な子どもに関して) | 39 | 36.1% | 67.6% |
| ・ ややある (自分または身近な子どもに関して) | 34 | 31.5% | |
| ・ あまりない (自分または身近な子どもに関して) | 13 | 12.0% | |
| ・ まったくない (自分または身近な子どもに関して) | 8 | 7.4% | |
| ・ 該当する子どもがない | 14 | 13.0% | |
| | 108 | 100.0% | |

Q2.視力は一般的に3歳頃までに急速に発達し、6～8歳頃にはほぼ完成(1.0程度になるのが理想)、10歳頃には成長が止まることをご存知ですか？

| 回答項目 | 回答数 | 割合 |
|----------|-----|--------|
| ・ 知っている | 17 | 15.7% |
| ・ 知らなかった | 91 | 84.3% |
| | 108 | 100.0% |

Q1.から「該当する子どもがない」を省いたデータ

| 回答項目 | 回答数 | 割合1 | 割合2 |
|----------------------------|-----|--------|-------|
| ・ とてもある (自分または身近な子どもに関して) | 39 | 41.5% | 77.7% |
| ・ ややある (自分または身近な子どもに関して) | 34 | 36.2% | |
| ・ あまりない (自分または身近な子どもに関して) | 13 | 13.8% | |
| ・ まったくない (自分または身近な子どもに関して) | 8 | 8.5% | |
| | 94 | 100.0% | |

Q3.子どものメガネ選びで重視するポイント、大事だと思うポイントを教えてください(複数回答可)

| 回答項目 | 回答数 | 割合 |
|-----------------------|-----|-------|
| ・ フィット感・ズレにくさ | 69 | 63.9% |
| ・ 耐久性・壊れにくさ | 64 | 59.3% |
| ・ 軽さ・快適さ | 63 | 58.3% |
| ・ きちんとした視力矯正 | 59 | 54.6% |
| ・ 価格・コストパフォーマンス | 50 | 46.3% |
| ・ 保証とアフターサービス | 30 | 27.8% |
| ・ デザイン・色・見た目などファッション性 | 28 | 25.9% |
| ・ 眼科医の推奨 | 26 | 24.1% |
| ・ その他 | 2 | 1.9% |

2024年度の文科省の調査によると、視力 1.0 未満の子どもの割合が小学生で過去最多(36.84%)
※になるなど問題が指摘されています。

※文部科学省発表(R7年2月12日) https://www.mext.go.jp/content/20250213-mxt_chousa01-000040132_1.pdf

近視の原因の一つは、タブレットやスマートフォン、ゲーム機などを長時間、至近距離で見続ける生活習慣が挙げられており、子どもの目の健康を守るためには日常の過ごし方にも注意が必要です。一方で今回のアンケートで、子どもの目に関して、心配や悩みがありながらも、知識は十分に浸透していない状況にあることが見て取れます。

子どもの<視力検査・眼鏡づくり>の疑問に「眼鏡作製技能士」が解説

「子どもの目」に悩めるパパママに向けて、<視力検査>や<眼鏡づくり>などの気になる疑問点を、「眼鏡作製技能士※」1級の、当社の小倉正道(おくら・まさみち)に聞きました。

※国内唯一の国家検定資格(国家資格)

Q.「視力検査」はいつ頃から可能?子どもは「見えづらい」と言う?

一般に、3歳以上になると「自覚的視力検査」が可能になると言われています。厚生労働省が義務付けている3歳児健診で視力検査が受けられます。屈折異常の早期発見、治療のためにも自治体の健診を受けることをおすすめします。

子どもは自分から「見えづらい」と言うことはめったにありません。そのため、本やテレビを観ている時の距離や目の動きなどを、大人が注意して見てあげることが大切です。

ただ家庭で視力の変化に気づくのは困難な面もあります。定期的な視力検査が必要と考えます。

※弱視の治療中は、眼科医の指導に従い定期検査を受けてください



ビジョンメガネ 営業本部・教育担当
国家検定資格 1級「眼鏡作製技能士」を取得、
“目と眼鏡のプロフェッショナル” 小倉正道

Q.眼鏡をかけた方が良い視力は?使用頻度は?

一般的に、近視の場合、視力が「0.3以上0.7未満」であれば必要な時だけ眼鏡を使い、「0.3未満」であれば常に使ったほうが良いと言われています。

とはいえ、日常生活でどのくらい眼を酷使しているかによっても異なりますし、近視だけでなく遠視や乱視などの人もいますので、あくまで参考としてください。

Q.眼鏡をかけると視力が落ちますか?

眼鏡をかけて、「近視が進行する」「視力が低下する」ということはないので、安心してください。眼鏡を頻繁にかけ外しすることも視力低下には繋がりません。

お子様にあった度数で、正しい位置で眼鏡をかけることが最も重要です。

Q.眼鏡とコンタクトはどちらから始めるのが良い？

コンタクトレンズは、目に直接レンズを乗せて使用するため、使用時間や期限、お手入れなどの衛生管理が必要です。そのため、小さなお子様にとっては扱いが難しくなります。扱いを誤ると目の病気の原因にもなる可能性があります。コンタクトは、自己管理ができる中学生や高校生になってから使うのが安心です。

Q.子どもが初めて眼鏡をつくる時の重要なポイントは？

まずは、眼科で目の状態を詳しく検査してもらいましょう。眼鏡が必要と診断された場合は処方箋を発行してもらい、眼鏡店へ持参してください。

子どもの眼鏡はフレームとレンズ選びも重要です。子どもは身長が低く上を見上げる機会が多いため、フレームは縦幅のある大きめのものがおすすめです。レンズは、目線を動かしても端まで歪まずに見える、視野の広いものを入れるのが適しています。

フレームの素材もポイントです。軽く柔らかで医療用カテーテルにも採用される樹脂素材「TR90」や、軽量でしなやか、汗にも強い「ベータチタン」がおすすめです。

また、正しい位置で眼鏡を掛け続けられるよう、「運動中もずれにくい」「鼻の高さを調整ができる」などのフレームの機能面から選ぶと良いでしょう。



眼鏡専門店「ビジョンメガネ」が子どもにおすすめするフレームの一つ「トマトグラッシーズ(TOMATO GLASSES)」。

眼科推奨の眼鏡ブランドとして、「ビジョンメガネ」eyevery by ビジョンメガネの全 101 店で取り扱っています。哺乳瓶にも使われる軽くて安心な TR90 素材を採用。細かなサイズ調整が可能で、お子様の小さな頭や低い鼻にもしなやかにフィットし、安全で快適にかけられる眼鏡です(税込 25,600 円～・薄型レンズ付き)。

店頭にご希望の商品がない場合、お取り寄せも可能です。

【商品一覧】https://www.vision-megane.co.jp/feature/detail.php?feature_id=67



10 歳から 14 歳の子ども用には、耳にぐるっと巻き付く独自のフレーム形状で、「絶対にずれない」がコンセプトの当社のオリジナルフレーム「マイドゥ ジュニア(MYDO Jr)」がおすすめです。

眼鏡が一切ずり落ちないので、勉強中や運動中も、正しいかけ位置を常にキープし、ピントが合った状態を保ちます(税込 21,400 円・薄型レンズ付き)。

【商品情報】<https://www.vision-megane.co.jp/mydo/>

店頭でのフィッティング(調整)はとても重要です。眼鏡は目の位置とレンズの中心がピッタリ合っていることで、はっきりとした像が網膜に映るようになっています。そのため、この位置がズレていると、見えるものがぼやけたり、ゆがんで見えたりします。正確な視力補正が得られるよう、眼鏡の受け取り時に、しっかりと調整を行なってもらいましょう。

お店選びのポイントとしては、「保証内容やアフターサービスが充実している」ことや、「通いやすい場所にある」ことが挙げられます。

Q.購入後の注意点は？

1カ月に1回を目安に、眼科での視力測定や眼鏡店でのメンテナンスを行ないましょう。

お子様は、大人に比べて視力が変わりやすいため、定期的に視力測定をすることがおすすめです。小学校高学年までは1カ月に1回程度、高学年以上は3カ月に1回程度を目安にしてください。

特に9歳未満の小さな子は、眼鏡の取り扱いに不慣れなため、片手で着脱したり、眼鏡を置く際の扱いが乱雑になりがちだったり、フレームがすぐに歪みます。視力変化の有無に関わらず、眼科で見え方や眼鏡店でかかり具合をチェックしましょう。

※弱視の治療中は、眼科医の指導に従い定期検査を受けてください

Q.視力を悪化させないための注意点(視力を守る生活法)はありますか？

視力の良さを維持するには、「読書や勉強をする時は、明るい場所、正しい姿勢で」「本や教科書からは30cm以上距離をとる」「ゲームやパソコン、スマートフォンも長時間使用せず、時間を決める」といった点がポイントです。

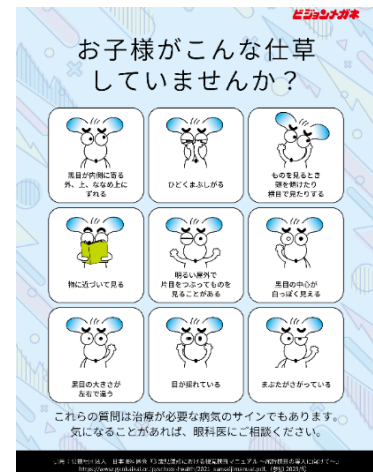
さらに、日光にあたる屋外での活動も良いとされ、2時間程度外に出ると良いと言われていています。近視には遺伝的要因と環境的要因の両方が関係していると言われていて、上記が必ずしも効果があることを保証するものではありません。あくまで参考にしてください。

子どもの弱視早期発見へ、「3歳児健診の屈折検査」の重要性をHPで発信

「ビジョンメガネ」は、ホームページと店頭を通じ、子どもの弱視の早期発見につなげるための啓蒙活動を行なっています。その一つとして、全国の自治体が実施する「3歳児健診の屈折検査」*の重要性に関するコンテンツをHPで公開しています。

視力は一般的に3歳ごろまでに急速に発達し、6~8歳ごろにはほぼ完成、10歳ごろには成長が止まると言われています。そこで重要になるのが「3歳児健診の屈折検査」です。同検査を通じて、眼鏡をかけても視力が上がらない弱視などの眼疾患を早期に発見することで、就学時までに正常な視力の獲得に向けて治療をすることができ

ます。HPでは検査の重要性や流れ、また弱視と診断された場合の治療用眼鏡の作成方法、保険適用について、詳しく解説しています。店頭で販売スタッフが、保護者から目の異常に関する相談を受けた場合は、まず眼科受診を促し、早期発見と治療につなげます。



目の病気や異常に気づける
“子どものサイン”をイラストで紹介

そのほか、目の病気や異常に気づける“子どものサイン”を9つのイラストで紹介するポップを、全国の店舗に掲示するほか、HP上で公開しています。

日常の仕草で「ものを見るとき頭を傾けたり、横目で見たりする」「ひどくまぶしがる」といったことがあると、弱視などの眼疾患の可能性が考えられます。そうした仕草を、当社キャラクター「ビジョンくん」を使い、わかりやすく伝えていきます。

※「屈折検査」…目のピントが合うために必要な度数(屈折)を調べる検査です。この検査によって、視力の発達を妨げる原因がわかることがあり、異常の見逃しを減らすことができます。

※ビジョンメガネ HP:こどもの目の日・三歳児健診における屈折検査について

https://www.vision-megane.co.jp/feature/detail.php?feature_id=55

レンズ交換無制限の有料保証サービス、視力が変わりやすい子を持つ保護者から人気、 0～9歳の子どものための眼鏡購入時、7割以上が加入！

当社は、視力の変化に伴うレンズの交換のほか、フレームの修理・交換などを3年間、何度でもできる有料の保証サービス「ビジョンパーフェクト保証」(税込10,800円～)を提供しています。子どもは成長期に視力が変わりやすく、かつ眼鏡を壊しやすいことから、パパ、ママから支持を得ています。

実際に、0～9歳の子どものために眼鏡を購入する際、保護者の73.2%が本保証サービスに加入しています*1。また、保証期間中の3年間に平均2.6回もレンズやフレームの修理・交換などにサービスを利用しています*2。

保証内容の特長は、1回あたりの保証上限金額内であれば3年間、レンズやフレームの交換等に何度でも応じる点です。破損や傷による修理・交換だけでなく、視力の変化によるレンズ交換も受け付けます。そのほか、品質、盗難、紛失の5つを保証する充実ぶりです。大手損害保険会社と共同開発した業界初(当社調べ)の保証サービスで、他社との差別化を図っています。

本サービスは、2019年1月1日に導入し、2024年12月末時点(開始から6年)で、加入件数11.8万件を突破。年間で約2万件の加入があります。

※1 加入率は直近の2022年～2024年までの加入者の実績

※2 利用回数は保証期間満了を迎えた2019年～2021年の加入者の実績

会社概要

| | | | |
|------|--|------|----------------|
| 所在地 | 〒550-0015 大阪府大阪市西区南堀江3丁目14-12 イイダ2ビル9階 | | |
| 代表者 | 代表取締役社長 安東晃一 | 従業員数 | 434人(2024年7月末) |
| 資本金 | 5,000万円 | | |
| 事業内容 | 眼鏡・コンタクトレンズ・補聴器及びその関連商品を取り扱う小売専門店チェーン | | |