

10組
20名様に

プレゼント!



司会
MOCA 代表
佐藤 元昭氏



ジーニアス教育総合研究所
代表取締役
島田 裕典氏



桃山学院大学
名誉教授
高橋 ひとみ氏



2025年3月29日(土)に河内長野市立子ども・子育て総合センター「あいっく」にて、お子さまの未来を見据えた眼鏡屋さんが主催の座談会「目からウロコの視力と学力のお話」が実施されました。スマートフォンやタブレットが身近な存在となった今、子どもたちに起きている「見る力」や「学ぶ力」の変化について、視力研究と教育現場の専門家2名を招き「視力」と「学力」のつながりについて語っていただきました。

座談会イベントレポート

デジタル学習と“考える力”

島田先生…最近、1+2はすぐに答えられるけど、2+1になると分からないという子が増えているんです。原因は、タブレットで“数字の見た目”を記憶しているから。考える力よりも、画面で見た形を覚えていて、けというケースがあります。

高橋教授…非常に興味深いですね。視覚的な情報を“画像”として処理してしまっていて、数字の意味や構造を理解していない。これは今後さらに注目すべきテーマです。

“見る力”は脳の発達に関係する?

高橋教授…よく、遠くが見えれば視力は大丈夫”と思われるがちですが、実は“近くを見る視力”は別です。スマホやタブレットを見る時間が長いと、目の筋肉(毛様体筋)がずっと緊張状態となり、疲れや視力低下の原因になります。

佐藤(司会)…学校の視力検査でも、遠見ばかりがチェックされますが、“近見”の重要性は見逃されがちですね。

高橋教授…そうですね。実際、近見視力が弱いとタブレット学習で目が疲れ、学習効率が落ちるという例もあります。

家庭でできる“見る力”の育て方

島田先生…学習塾では、兄弟がいるご家庭では上の子が授業を受けている間、下の子にスマホを渡して待たせているご家庭も多い中、塗り絵や絵本で待たせている子のほうが、後に入ってきたときも集中力が高い。日常の小さな行動の違いが、将来の学力に大きな差を生んでいるような気がしています。



近見視力チェック体験会



小さなお子様では難しい視力測定を絵本感覚で楽しく測定ができるツール「たべたのだあれ?」を使用し、近くを見る力「近見視力」の測定を体験できるワークショップを実施しました。

デジタルとの“ちょうどいい関係”

高橋教授…大切なのは、デジタルを“完全に排除”するのはなく、“どう付き合うか”です。子どもの眼を守りながらデジタルと上手に付き合っていくには、時間と距離と頻度のバランスを踏まえた使い方が大切です。

島田先生…急にスマホを解禁すると、依存しやすくなります。小1では15分、小6では1時間と、段階的に使わせることで、思春期以降も自分で時間管理ができるようになります。

目にやさしい“環境”とは

高橋教授…ご家庭で気をつけていただきたいポイントは、

- ・画面との距離は30センチ以上
- ・部屋の明るさは300ルクス程度
- ・湿度は50%、温度は18℃程度
- ・2歳未満の電子メディア使用は望ましくない、2〜4歳は一日30分以内
- ・親子で一緒に見ることでコミュニケーション機会にも

自分の成長過程で学んだ、しつけや子育て観を親として子どもに当てるはめることができない新しい子育ての問題にどう向き合っていくのかを感じさせられた座談会だったのではないのでしょうか? 視力検査には表れない、見る力と学力について参加した皆様の子育てに少しでもいい影響をもたらすことを願っています。

メガネ・補聴器の専門店

MOCA
produced by KONGO

MOCA 金剛店
produced by KONGO

南海高野線「金剛駅」徒歩1分

TEL.0721-55-3188

〒584-0073 富田林市寺池台1-20-18

MOCA 富田林店
produced by KONGO

近鉄長野線「富田林駅」徒歩7分

TEL.0721-69-8122

〒584-0025 富田林市若松町西2-1401

MOCA 河内長野店
produced by KONGO

南海高野線「河内長野駅」徒歩1分

TEL.0721-55-3798

〒586-0012 河内長野市菊水町2-6 荒川菊水ビル1F