

10月10日は「目の愛護デー」小・中・高校の養護教諭258名へのアンケート結果を発表 95%の養護教諭が子どもの深刻なデジタル機器依存を実感 視力悪化や“スマホ老眼”など、依存による様々な悪影響の実態も明らかに

クリアな視界で、自分らしく生きる人々を応援するコンタクトレンズブランド「アキュビュー®」を提供するジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケアカンパニー（本社：東京都千代田区 代表取締役プレジデント：海老原 育子）は、子どもたちのコンタクトレンズの使用を含む目の健康を取り巻く環境について、学校で保健指導を行っている全国の養護教諭 258名にアンケートを実施しました。

今回のアンケート結果では、デジタルネイティブと呼ばれる小中高生のデジタル機器への依存と悪影響の実態などが浮き彫りとなりました。「デジタル機器に依存していると思われる生徒がいる」「デジタル機器の普及は、生徒の目に悪影響を与えている」と感じている養護教諭は約 95%に上り、依存による主なデメリットとして「睡眠時間の短縮」や「視力悪化」を回答したほか、視力矯正が必要な生徒や、いわゆる“スマホ老眼”の生徒の増加を感じています。

子どもの1日あたりの適切なデジタル機器使用時間は「1時間未満」が72.3%となった一方、「生徒が適切なデジタル機器の使用時間を守っている」と感じている養護教諭はわずか2.8%にとどまっています。

【養護教諭へのアンケート結果概要】

■ スマートフォンなどのデジタル機器への依存と悪影響について【グラフ1、2、3】

養護教諭の95%が「生徒がデジタル機器に依存している」、94.9%が「デジタル機器は生徒の目に悪影響を与えている」と回答。デジタル機器依存のデメリットは、睡眠時間の減少や視力悪化など

養護教諭の95.0%が「スマートフォン、タブレット PC などデジタル機器に依存していると思われる生徒がいる」、94.9%が「デジタル機器の普及は、生徒の目に悪影響を与えていると感じている」と回答。依存によるデメリットとして、第1位「睡眠時間が短くなる」85.6%、第2位「視力悪化につながる」73.2%、第3位「SNSのトラブルに巻き込まれやすくなる」72.0%となり、様々な悪影響を懸念している現状が明らかになりました。

■ スマートフォンなどのデジタル機器の使用時間について【グラフ4、5】

デジタル機器の適切な使用時間、「1時間未満」が72.3%。一方、「生徒が適切な使用時間を守っている」と感じる養護教諭はわずか2.8%

「子どもの1日あたりの適切なデジタル機器使用時間」の回答として最も多かったものは「30分以上1時間未満」で、全体の64.4%にのぼり、「30分未満」7.9%とあわせると72.3%の養護教諭が適切な時間は「1時間未満」だと感じています。一方、「生徒は、適切だと感じるデジタル機器の使用時間を守っていると思う」という質問に対して、「そう思う」「ややそう思う」と回答した養護教諭はわずか2.8%という結果になっており、目の健康を考える養護教諭が適切と考える使用時間と、実際に子どもがデジタル機器を使用していると思われる時間に大きな乖離が起きていることがうかがえます。

■ 目を取り巻く環境について【グラフ6、7】

養護教諭の93.4%が「視力矯正が必要な生徒が増えていると感じる」と回答。「スマートフォンやタブレット PC 普及の影響で、いわゆる“スマホ老眼”の生徒が増えていると感じる」と回答した養護教諭も58.4%と過半数以上

「視力矯正が必要な生徒が増えていると感じる」という質問に対して、93.4%の養護教諭が「そう思う」「ややそう思う」と回答しており、デジタル機器の普及などから、多くの養護教諭が生徒の視力低下を実感している現状が明らかになりました。また、「スマートフォンやタブレット PC 普及の影響で、いわゆる“スマホ老眼”の生徒が増えていると感じる」と回答した養護教諭も58.4%と半数を超える結果になっており、単純な視力悪化にとどまらないデジタル機器の影響が判明しています。

※アンケート結果の詳細は、3ページ以降の〈参考資料〉をご確認ください。

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーの啓発活動

「中学生・高校生のためのコンタクトレンズガイド」

中学生、高校生、その保護者を対象に、正しいレンズケアや適切な視力補正について学べる「中学生・高校生のためのコンタクトレンズガイド」と、養護教諭向けの指導の手引きを、日本学校保健会を通して、全国の学校に配布しています。

☆日本学校保健会のポータルサイトでも、PDF版をご覧ください。

<http://www.gakkohoken.jp/CLguide>



「眼科へ行こう！」キャンペーン

コンタクトレンズユーザーに定期的な眼科受診を呼びかける啓発活動を幅広く展開しています。ポスター、ステッカー、リーフレットなどの啓発資料を眼科やコンタクトレンズ販売店向けにご用意しているほか、新聞広告も展開しています。

<https://acuvuevision.jp/goeyedoctor>



アキュビュー®「スポ×コン応援団」

スポーツに本気で取り組む中学生や高校生を対象に、スポーツにおける適切な視力の大切さを啓発するプロジェクト『スポ×コン応援団』を発足しました。プロジェクト名の由来は、スポーツ×根性ではなく、スポーツ×コンタクトレンズ。全国の中高生がスポーツを本気で頑張るために、「根性」だけではどうにもならない「視力」の大切さを、ユニークな屋外広告とアキュビュー® ウェブサイト内の特設ページで伝えています。

<https://acuvuevision.jp/begin-spocon>



<ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーについて>

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーは、1991年に世界初の使い捨てコンタクトレンズ「アキュビュー®」を日本に導入して以来、常に使い捨てコンタクトレンズ市場をリードし続けてきました。これからも、全ての人が毎日を健康に明るくクリアな視界で過ごせるよう、人々のクオリティ・オブ・ビジョン（QOV）の向上を目指して、貢献し続けたいと願っています。

<コンタクトレンズ「アキュビュー®」について>

「アキュビュー®」は、目の健康を一番に考え、「汚れが蓄積する前に新しいレンズに交換することが、もっとも衛生的なコンタクトレンズの使い方」という発想でつくられたコンタクトレンズです。現在日本国内では、近視・遠視・乱視・老視などの様々な視力補正ニーズに対応する10種類の多彩な製品をラインナップしています。

ACUVUE®

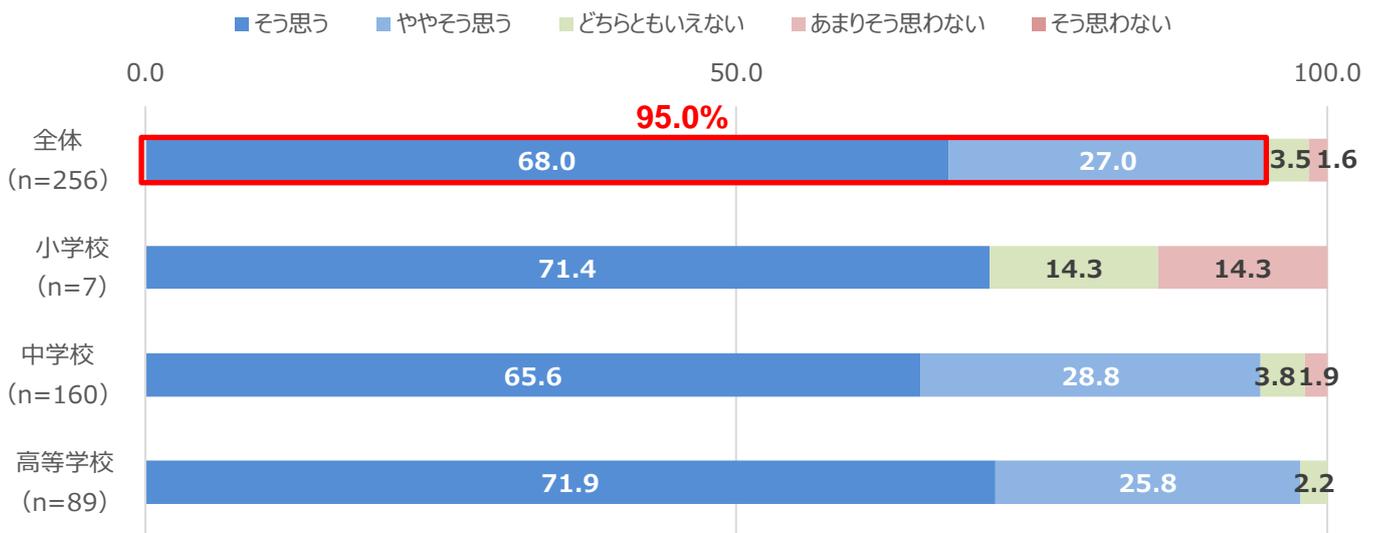
※®登録商標

<参考資料>

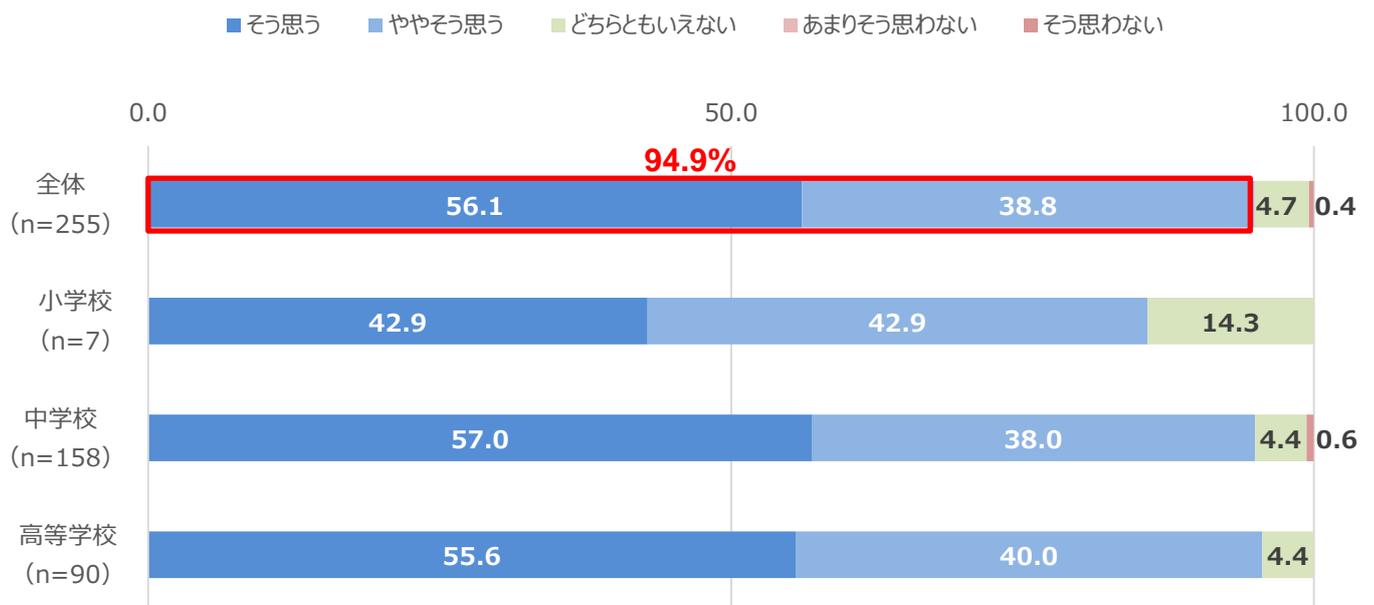
調査概要

回答方法	「中学生・高校生のためのコンタクトレンズガイド」申込時の記入式による調査
回答者数	養護教諭 258 名
回答者の学校種別	・小学校 ・中学校（夜間学級、付属中学校 含む） ・高等学校（定時制、中高一貫校、高等専門学校 含む）
回答期間	2019 年 5 月～7 月

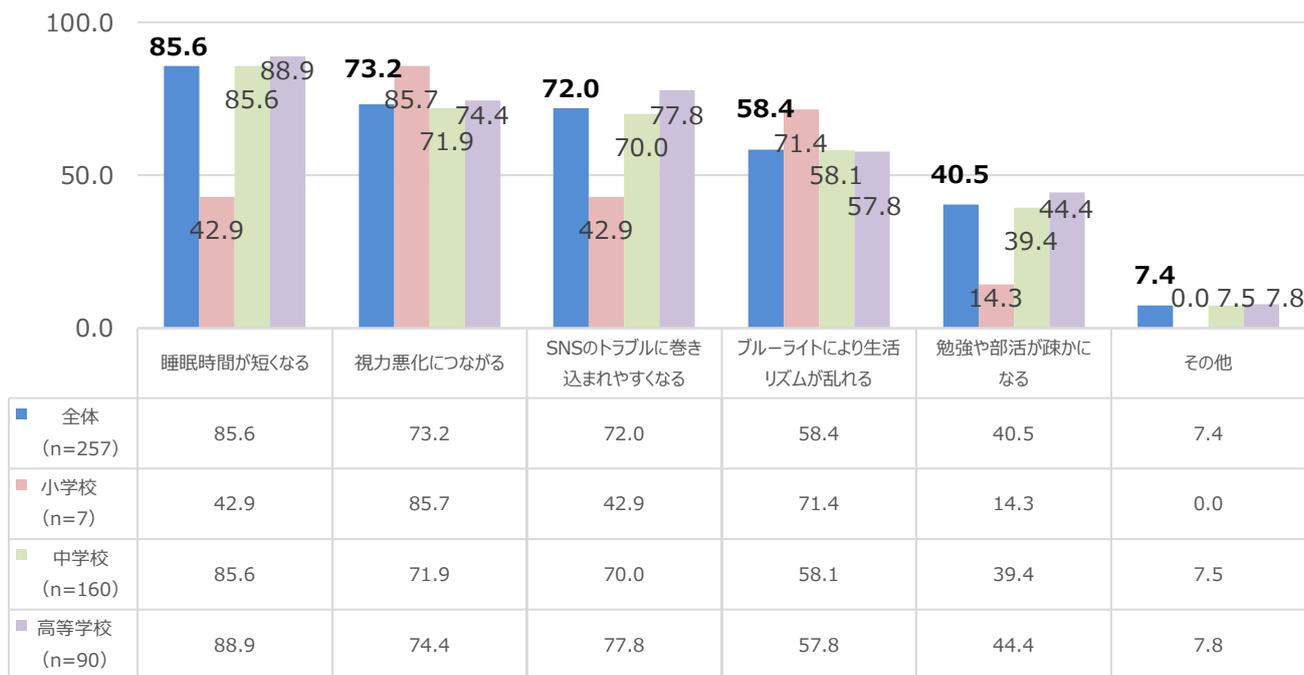
【グラフ 1】スマートフォン、タブレット PC などデジタル機器に依存していると思われる生徒がいる(%)



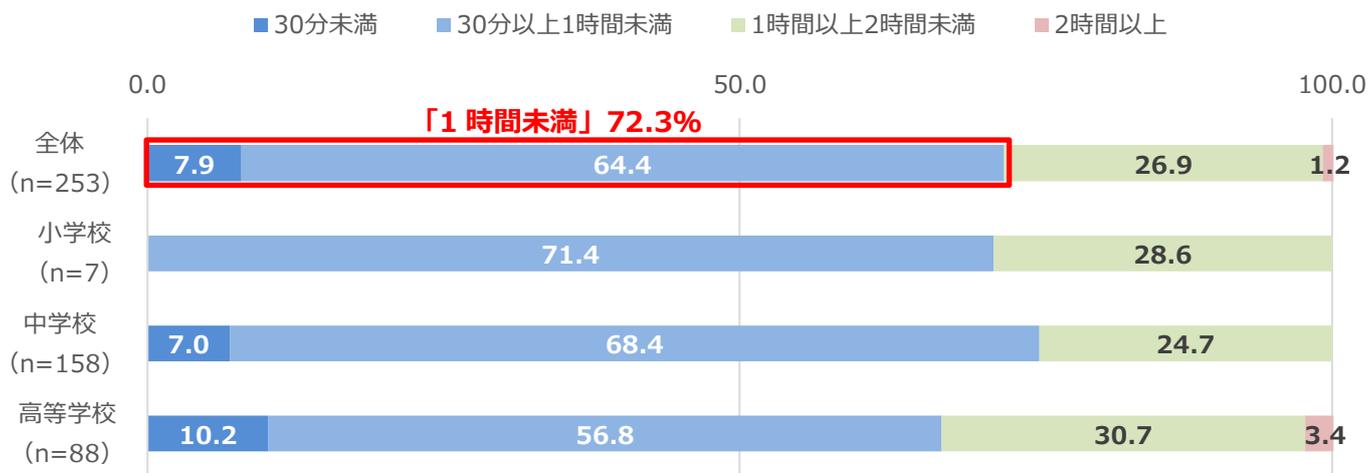
【グラフ 2】スマートフォン、タブレット PC などデジタル機器の普及は、生徒の目に悪影響を与えていると感じる(%)



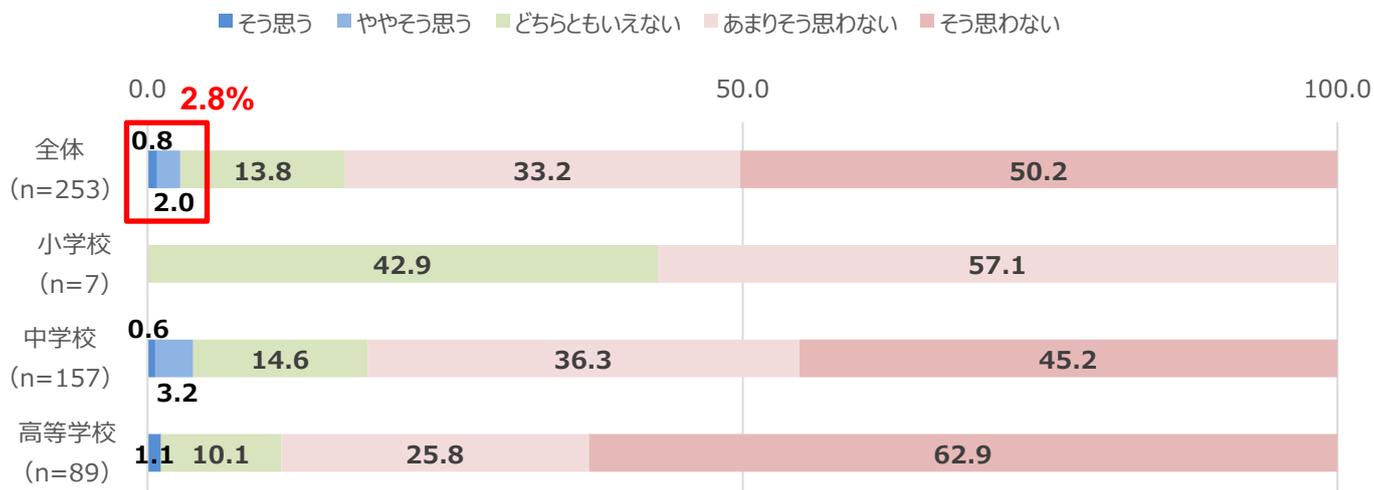
【グラフ3】スマートフォン、タブレット PC などデジタル機器に依存するデメリットは何だと感じているか(%)



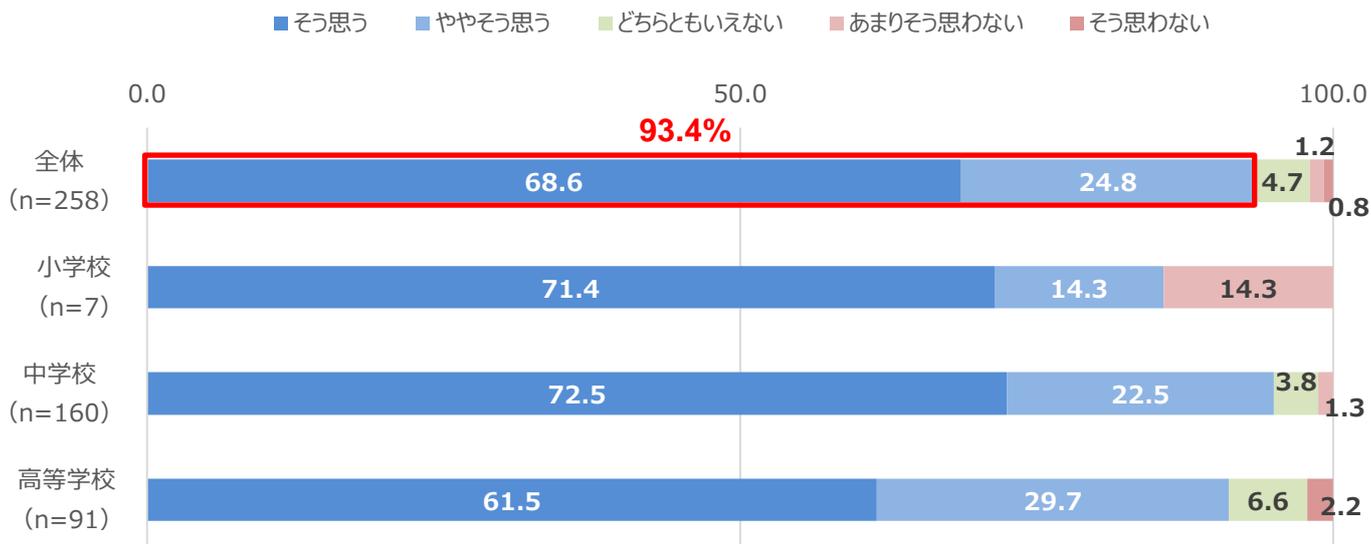
【グラフ4】適切だと思う、子どもの1日あたりのデジタル機器使用時間はどれか (%)



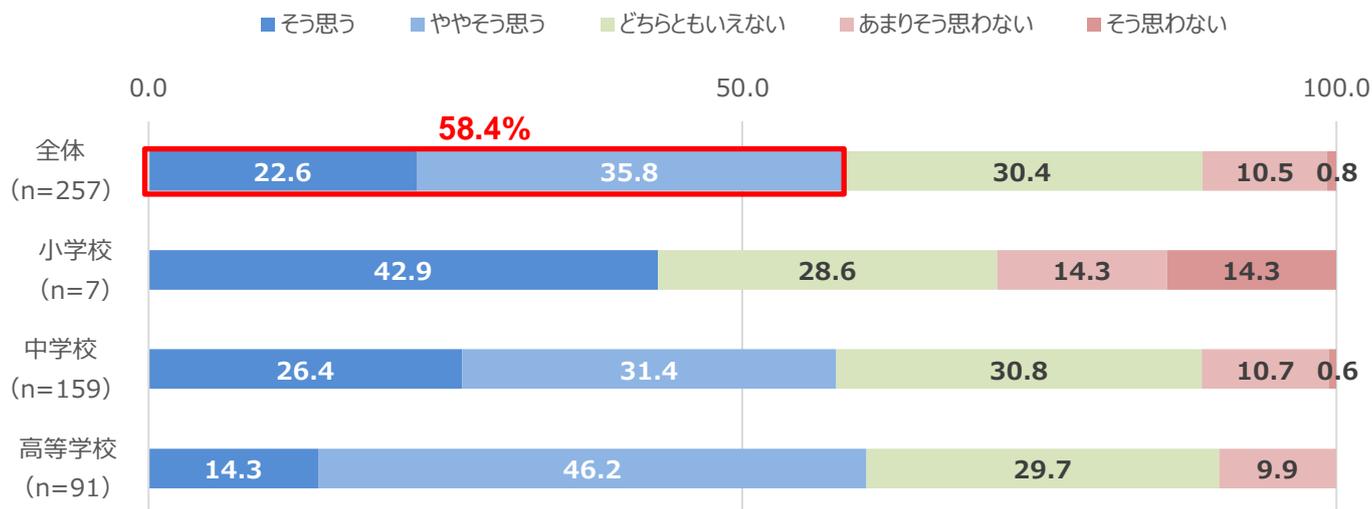
【グラフ5】生徒は、適切だと感じるデジタル機器の使用時間を守っていると思う (%)



【グラフ 6】視力矯正が必要な生徒が増えていると感じる (%)



【グラフ 7】スマートフォン、タブレット PC 普及の影響で、いわゆる“スマホ老眼”の生徒が増えていると感じる (%)



※小数点第二位で四捨五入し、小数点第一位までを算出しているため、比率の合計値が 100%にならない場合があります。