

目についてのアンケート結果（保護者）

1、お子さんの目の健康について、親として気をつけていることを下の項目の中から選んで下さい。
あてはまる記号に○を付けて下さい。（いくつ○を付けてもいいです。）

39人 ア. テレビを見る時、テレビとどのくらい離れるか決めている。

25人 イ. ゲームをやる時間を決めている。

48人 ウ. 子どもがテレビや本を見る時、部屋の明るさに気をつけている。

19人 エ. 子どもがテレビや本を見る時、姿勢に気をつけている。

オ. その他（他に、気をつけていることがありましたら、教えて下さい。）

- ・視力が下がっているのでテレビゲームをやらないようにしている。
- ・前髪が目に入らないよう、長さに気をつけている。
- ・アの離れる長さは決めていないが、離れるようには言っている。
- ・夜はゲームボーイはやらない様に気をつけている。

2. 1であげた項目について実際に注意していますか。また、注意したときの子どもの反応は
どうですか。

32人 ア. 親として注意をしているし、子どもも気をつけている。

19人 イ. 親として注意はしているが、子どもは注意を聞かない。

2人 ウ. 親は特に気にしていないが、子どもは気をつけていると思う。

2人 エ. 親も子どもも気をつけていない。

オ. その他

- ・注意するとテレビから離れるが、それまでは、案外前の方で見ている。
- ・注意はしている。2・3度言わないと聞かない。
- ・親も子どもも注意しているが、時々忘れる時もあると言われるとすぐ直す。
- ・注意はしているが、聞いたり、聞かなかったり。
- ・親も子どもも気をつけているけど、たまにテレビの前にいる時がある。注意すると離れる。
- ・テレビとの距離や部屋の明るさは、注意しているし、子ども達も自分で気付いて直すけど、ゲームの時間は決めても守れない。

3. 目の健康に関して、子どもに心がけてほしいことはありませんか。

- ・言われている事は気をつけているようなので、それを忘れないでほしいです。
- ・テレビやゲームの時間をへらしてほしい。
- ・テレビとの間隔をいつも忘れているため、その事を忘れないでほしい。
- ・テレビやゲームや本などを見る時は、明るくしてみる事。無理しないで、目を休ませたり、目薬をすること。
- ・もっと大事にしてほしい。
- ・部屋を明るくしてゲーム、テレビを見てほしい。
- ・テレビを見る時、本を読む時、注意をされなくても自分から気をつけてほしい。

- ・テレビを見る時は離れるように自分から気をつける。ゲームをやりすぎない事。
 - ・ゲーム、テレビは夜遅くまで見ないで早めに目のことを考えて眠ってほしい。
 - ・ゲームの時間をできるだけ短くする。
 - ・ゲームを1時間やったら、15分間は目を休ませてもらいたい。
 - ・ゲームやりすぎ注意。
 - ・近くの物を長時間見続けないよう時々遠くの物をみるようにしてほしい。
 - ・テレビ・本を見る時は姿勢を良く見てほしい。
 - ・書く時、頭が下がり過ぎていたので、姿勢をよくしてほしい。
 - ・テレビやゲームは時間を決めているのですが……。少し気になることは、字（宿題）を書く時の姿勢が悪いように思います。家でもたまに注意しますが、学校ではどうなのでしょう。目が悪くなったら困るという事をしっかり考えてほしい。
- 夜更かしをしない事。寝て本を見たり、ゲームをしない事。心がけてほしい事も大切ですが、弱視や盲目の大変さ不便さを知ってもらいたい。
- ・ゲームをやり過ぎると、目をパチパチすることがあるので、時間をなるべく、30分くらいで決めている。
 - ・ゲームのやり過ぎに注意してほしい。
 - ・小さいゲームをあまり長い時間やり過ぎないようにしてほしい。
 - ・外に出て遠くを見る。星を見る。目に良い食べ物を食べる。早く寝る。
 - ・毎日でも、アイボンで目を洗ってもらいたいです。テレビを見る時は必ず明るい部屋で見る。
 - ・子どもはゲームをしていないし、部屋の明るさには気をつけているが、上の子は視力が悪いです。親も視力が悪いので、気をつけていてもどうなのかとの疑問もあります。しかし、今の現状より悪くならないように常に気をつけてほしいと思っています。
 - ・テレビゲームのやる時間をもっと短くしてほしい。
 - ・眼鏡をかけているので、目が疲れやすいと思うので、なるべく早く寝るようにしてほしい。
 - ・視力が悪くなっているのは、本人も分かっているはずなので、自分から気をつけるようになってほしい。
 - ・眼鏡をかけているので、これ以上悪くならないように気をつけてほしい。
 - ・ゲームの時間を決めているけれど、時間をめいっぱい使ってゲームをしているので、目が疲れたら時間分やらなくてもやめて目を休めて欲しい。そして、続けてテレビ番組を見るとか近くで物を見ないようにして欲しい。近い物をみたら、遠くも見るようにしてもらいたい。