

スポーツ選手の視力と視力矯正に関する実態調査

The Research on the Actual Condition of Visual Acuity and Correction in Sports Players

石垣 尚男[†]
Hisao ISHIGAKI

真下 一策^{††}
Isaku MASHIMO

森重 梅樹^{††}
Umeki MORISHIGE

Summary

The visual acuity of sport players and the actual condition of the correction were examined by the questionnaire. The number of sports player were 1932, and average age was 19.04 years old. The main results in this investigation are follows.

1. The rate that both eyes are equal to or more than 1.0 together in the naked visual acuity was about 40 %. Also, as for 30 %, both eyes were less than 0.3.
2. The sports player in equal to or less than 0.6 of naked visual acuity experienced a lot of mistakes in sports.
3. The one which corrects visual acuity was usually increasing as the age became high, and were correcting in 23 % of the schoolchild, 32 % of the junior high school student, 41% of the high school student and at the undergraduate, 58 % was correcting.
4. The disposable contact lens became popular rapidly this for several years as the contact lens to use at the time of sports.
5. There was knowledge of the myopia correction operation in 44 % of the whole.

1. はじめに

スポーツでは眼が重要な役割を果たしており、視覚能力は競技力に大きな影響を与えている。視覚には多くの視機能が含まれるが、その中で視力は最も基本となる機能である。視力不足になると目標がはっきり見えず、スポーツ中のミス率が高くなり、特にボールゲームでは技能が低下することが知られている¹⁾⁶⁾。

スポーツと視力の実態については、大阪府医師会による高校生のアンケート調査¹⁾、大学生スポーツ選手の調査²⁾、大学生及びスポーツ少年団の調査³⁾、ジュニアサッカー選手の調査⁴⁾、大学スポーツ選手の調査⁵⁾等がある。しかし、

いずれも発表からすでに数年以上経過している。また、視力1.0未満の児童生徒が年々増加しつつあり、一方ではコンタクトレンズその他の視力矯正方法も年々変化しつつある。

そこでスポーツ現場における青少年の視力と視力矯正の最新の状況を知る目的でアンケート調査を実施した。現在のスポーツ選手の視力と視力矯正の実態が明らかになったので報告する。

II 対象・方法

対象は現在スポーツを行っている小学生から高齢者までとし、競技種目、競技レベル、性別は問わなかった。12項目・30設問からなるアンケートを作成した。アンケート用紙を末尾に示す。アンケートはスポーツビジョン研究

[†] 愛知工業大学経営情報科学部マーケティング情報学科 (豊田市)

^{††} スポーツビジョン研究会 (東京都)

会会員を通して配布,回収した。調査は 2003 年 1 月~3 月にかけて行い,1932 名の回答を得た。回答者の平均年齢は 19.04 歳,最年少 7 歳,最高齢 72 歳であった。高校生と大学生で回答者の 84%を占めていた。またスポーツ種目は 38 種目にわたっていた。

スポーツ種目をボールゲーム系,格闘技系,その他の系に分類した。ボールゲーム系が回答者の 75%を占めていた。その他の系とは陸上,水泳,体操,スキー,アーチェリーなどである。

なお,本文中の%は各設問に対する無記入者を除いた割合で表示した。また,統計検定はカイ二乗検定による独立性の検定を行い 5%水準以下を有意差ありとした。

III 結果

1. 裸眼視力と矯正視力

1) 裸眼視力

アンケート項目は多岐にわたるため主要な項目のみ述べる。図 1 は全回答者の裸眼視力と矯正視力の分布である。学校保健法施行規則の一部を改正する省令(平成 4 年文部省令第 2 号)により視力を A・B・C・D で表す方式が一般化している。

本調査でも回答者の約 2/3 が A・B・C・D で回答していたため,小数視力での回答は 1.0 以上:A, 0.9~0.7 : B, 0.6~0.3 : C, 0.3 未満:Dとして集計した。

裸眼では右眼:左眼の視力がともに 1.0 以上である A:A が 42%であった。いいかえると約 6 割は両眼ともに 1.0 以上の視力がないことになる。次に多いのは両眼ともに 0.3 未満である D:D で約 30%である。さらに 0.6~0.3 である C:C が 11%, 0.9~0.7 の B:B が 5%である。左右のどちらかが 1.0 以上, 0.3 未満(A:D, D:A)という極端な視力差のあるのは全体の 1%であった。

平成 15 年度学校保健統計(文部科学省)によれば,本アンケート回答者の平均年齢に近い 17 歳の両眼視力は 1.0 未満が約 60%である。そのうちわけは 0.9~0.7 が約 10%, 0.6~0.3 が約 15%, 0.3 未満が約 35%となっており,これらの数値からみて本調査結果は青少年の視力の実

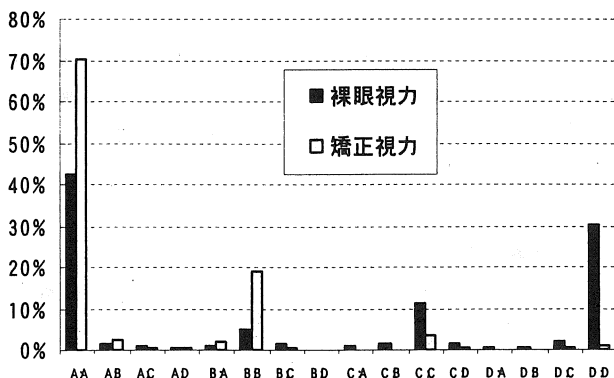


図1 裸眼・矯正視力の右:左の割合

態をほぼ正しく反映しているとみてよいであろう。

2) 矯正視力と矯正率

矯正視力では,右:左とも 1.0 以上の A:A が全体の 7 割であり,つぎに 0.9~0.7 の B:B が 2 割弱である。矯正視力でみると回答者の約 9 割が 0.7 以上の視力を有している。

図 2 は裸眼視力別の矯正率である。全体では矯正率は 49%であった。矯正する割合は視力が低いほど有意に高い ($p<.01$)。0.9~0.7 の B:B では矯正率 39%, 0.6~0.3 の C:C では 71%, 0.3 未満の D:D では 97%である。

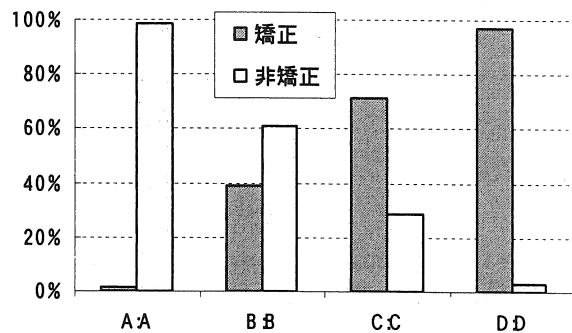


図2 裸眼視力別の矯正率

3) スポーツ系別の視力

図 3 は裸眼視力と矯正視力のうち A:A, B:B, C:C, D:D のスポーツ系別の割合である。裸眼視力では各系別で割合に大きな差はない。矯正視力ではボールゲーム系,その他の系では A:A はともに約 7 割であるのに対し,格闘技系では 58%であり,格闘技系ではよい視力へ矯正し

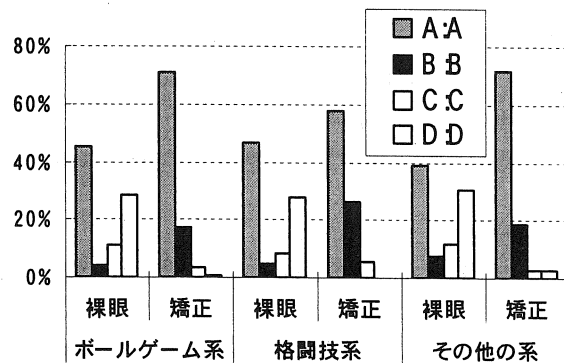


図3 スポーツ系別の裸眼・矯正の割合

ているものの割合が少ない。しかし,統計的には裸眼,矯正視力とも各系別の差は有意ではなかった。したがって差があると結論することはできないが,格闘技系で A:A の割合が少ないのは,高速で動くボールが対象ではなく,さらに直接相手と組み合うことの多い競技特性のため,より良い視力への矯正を必要としていないためではないかと考えられる。

2. 視力不足とミスの発生

1) 視力不足によるミスの発生率

スポーツ中、視力不足のためミスをしたことがあると回答したものは全体の18%であった。裸眼視力の程度では、A:Aでは2%、B:Bでは5%、C:Cでは22%、D:Dでは52%が経験しており、視力が低いほどミスの発生が多くなっている。このことから裸眼視力がC(0.6~0.3)以下になると視力不足のためにミスが起きる可能性が高まると考えてよいであろう。これをスポーツ種目でみるとミスをしたと回答した割合の高いスポーツは、ソフトボール38%、野球30%、バドミントン29%、サッカー26%、テニス22%、バスケットボール21%などである。高速で動く小さいボール(シャトル)を見るスポーツにおいてミスが起きることがわかる。水泳、剣道、陸上などのスポーツや格闘技系では数%と少なかった。

2) ミスの事例

表1(末尾)は自由記述で求めた視力不足によって起きたミスの代表的な事例である。自由記述をまとめるとスポーツに共通する視力不足の影響は「距離の判断がわからない」「ボールの回転がわからない」「反応が遅れる」「敵味方の判断がわからない」「集中できない」などであり、スポーツ種目の特性によって特有のミスが起こるものと思われる。

3. ふだんの視力矯正

1) ふだんの矯正率

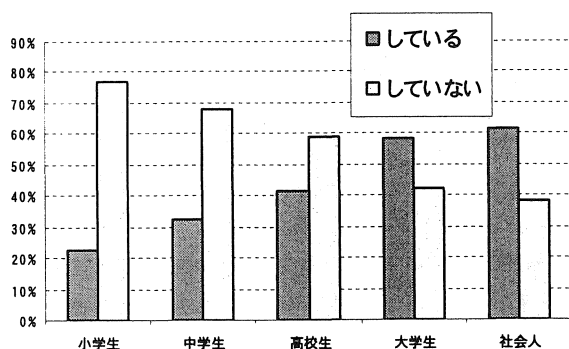


図4は属性別のふだんの矯正率である。矯正率は年齢があがるに従い増えている。小学生の23%、中学生の32%、高校生では41%、大学生では58%、社会人では62%が矯正している。

2) ふだんの矯正方法

図5はふだんの矯正方法である。メガネ32%、ハードコンタクトレンズ(HCL)4%、ソフトコンタクトレンズ(SCL)16%、使い捨てコンタクトレンズ(Dispo)22%、メガネとCLの両方が26%であった。矯正方法を属性別で

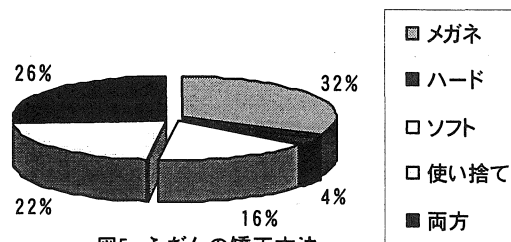


図5 ふだんの矯正方法

みると、年齢があがるに従いメガネの割合が減り、CLの割合が増えている。メガネは小学生80%、中学生67%、高校生33%、大学生25%、社会人55%であった。社会人では逆にメガネの方が多いが、これは回答者に年齢の高いものが多かったためと思われる。

3) 矯正開始と最初の矯正方法

視力矯正を開始した時期は中学生の時がもっとも多く44%であり、ついで高校生が26%、小学生が23%であった。視力矯正は約半数が中学生のときに始めている。

最初の矯正方法は、メガネが80%を占めており、最初からCLは20%である。最初に使用したCLの種類はHCLが11%であり、SCLが47%、Dispoが39%であった。最初にHCLで矯正するのはわずかであり、SCLとDispoでほとんどを占めている。

4) 定期健診受診率

CLを使用しているものが定期健診を受ける割合は約3割に過ぎず、受けないものも約3割にのぼっていた。図6は属性別の定期健診受診率である。CLの定期健診を受け

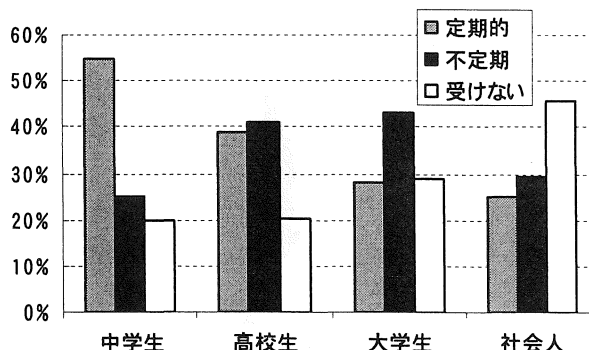


図6 属性別の定期診断受診率

る割合はCL経験が短いほど多く、CL経験が長くなるほど不定期および受けない割合が増加している(p<.01)。

5) CLが原因の傷害

CL使用者の30%においてCLが原因の傷害を経験していた。傷害の内容は角膜にキズ50%、結膜に炎症35%、ドライアイ15%である。しかし、傷害率でみると、定期的に受診するもので傷害を受けたのは29%、不定期が34%、受けないは28%であり、統計的に有意な差がなか

った。本アンケートでは受診の有無と傷害の発生には明確な関係がみられなかった。

4. スポーツのときの視力矯正

1) スポーツでの矯正方法

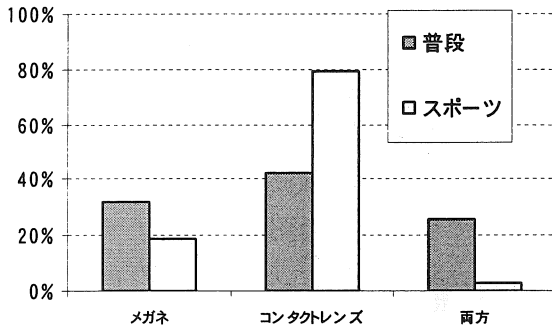


図7 ふだんとスポーツのときの矯正方法

ふだん、矯正しているものの中でスポーツのときも矯正する割合は70%であり、3割はスポーツでは矯正していなかった。図7はふだんの矯正とスポーツのときの矯正の違いである。スポーツのときの矯正はCLが79%、約8割を占め、メガネは18%であり、ふだんの矯正方法との間に有意な差 (p<.01) がある。

図8はふだんの矯正から、スポーツのときはどの方法へ交換するかの割合である。ふだんCLのものはスポーツのときも100%がCLである。ふだんメガネのものもスポーツでは14%がCLを使用し、メガネとCL両方使用しているものはスポーツでは92%がCLを使用していた。

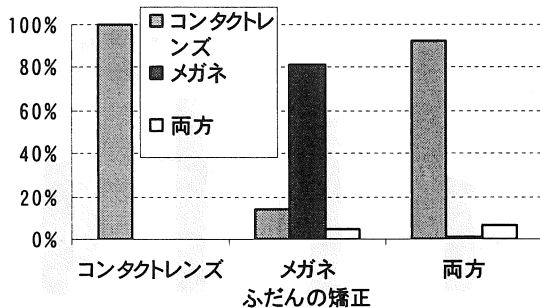


図8 ふだんの矯正からスポーツのときの矯正への交換

2) スポーツ系別の矯正方法

スポーツ系別の矯正方法 (図9) ではボールゲーム系とその他の系では矯正方法の割合にほとんど差がないが、格闘技系ではCLが多くメガネが少ない。ただし、統計的には有意な差ではなかった。格闘技系でCLが多い理由として直接相手と組み合ったり、顔面を狙うことの多い競技特性によるものと思われる。

3) スポーツのときのCLの種類

図10はスポーツのとき使用するCLの種類である。1

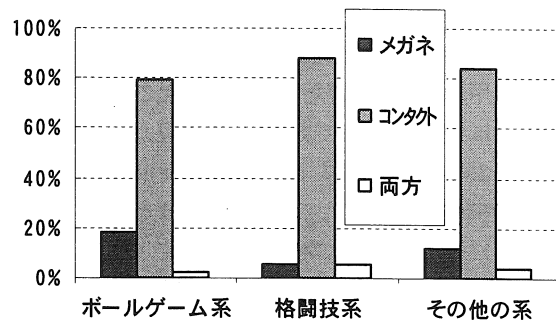


図9 スポーツ系別の矯正方法

日使い捨てが16%、2週間使い捨てが40%であり、Dispoがあわせて約6割を占めていた。1995年の佐渡ら³⁾のスポーツのときの矯正方法の調査ではDispoはわずか3%であることから、この間Dispoが急速に普及したことがわかる。

4) スポーツのとき矯正しない理由

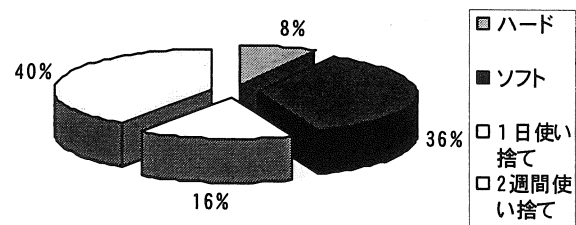


図10 スポーツのときのCLの種類

ふだん矯正していても約3割は矯正していなかった。ふだんCL使用者がスポーツのときに矯正しない理由として多かったのは必要ないから(65%)である。次に落とすとお金がかかる(6%)、落ちる(5%)、ズれる(4%)などを上げている。CL使用者においては必要ないから以外の理由は少ない。

これに対し、ふだんメガネのものがスポーツのとき矯正しない理由としてもっとも多いのはCLと同様必要ない(38%)である。次にズれる(15%)、落ちる(11%)、ケガが心配(11%)が主たるものである。CLと比較してメガネ使用者にズれる、落ちる、ケガ心配などが占める割合は高く、スポーツのときメガネで矯正しない理由がメガネそのものに起因していることを示唆している。

5) 視力矯正と技能の向上

視力矯正によってスポーツの技能が向上したと感じているものは58%、約6割であった。これを裸眼視力でみるとB:B(0.9~0.7)では54%が、C:C(0.6~0.3)では57%が、D:D(0.3未満)では72%が矯正によって向上したと感じており、裸眼視力が低いほど矯正によって技能の向上を感じていることがわかる。自由記述による技能向上の具体的な事例(表2:末尾)は視力不足により起こるミス(表1)を解消する方向に働いていることを示してい

る。

5. 近視矯正手術，保護具の認知

1) 近視矯正手術の認知

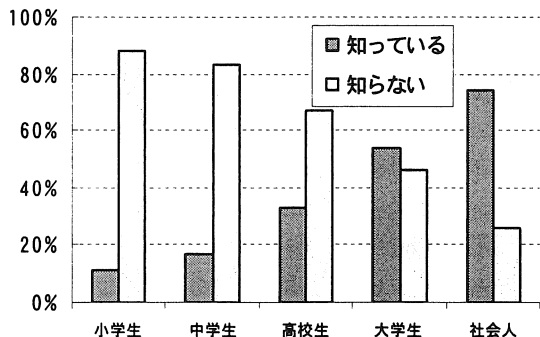


図11 近視矯正手術を知っている割合

近視矯正手術があることを知っている割合は全体で44%であった。図11は属性別割合である。知っている割合は年齢が高くなるに従い増え ($p < .01$)，大学生では半数以上が，社会人では8割近くが知っていた。知っているものの中で手術を受けてみようと思っているものは15%であった。

2) 保護具の認知

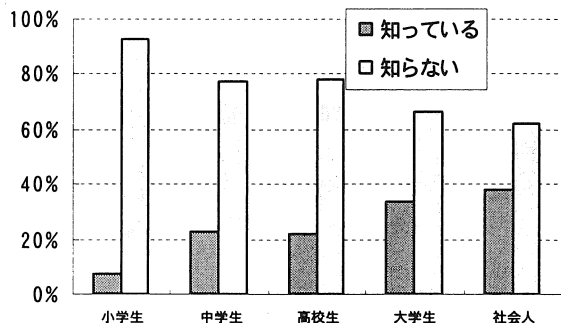


図12 保護具を知っている割合

図12はスポーツ中のケガから眼を護る保護具（アイガード）があることを知っている割合である。全体で28%であり，回答者の中の1%がすでに使用していた。保護具があることを知っている割合は矯正手術と同様，年齢が高くなるに従い増えている ($p < .01$) が，大学生で34%，社会人でも38%であり，保護具の認知度はまだ低いと言えよう。

IV 考察

本来，スポーツ選手の視力と視力矯正の実態については個々の選手を測定し，矯正について確認するのが望ましいが，大規模な調査では現実にはアンケートにならざるを得ない。

過去に本報告のような大規模標本を集計したものには

大学スポーツ選手の矯正方法についてアンケートした佐渡ら³⁾ (1995)のもの，1996年の大阪府医師会学校医部会による高校生を対象とした報告⁴⁾がある。

佐渡らの調査は大学スポーツクラブにアンケート用紙を送付し，クラブごとに回答を求め，計2726名を集計したものであり，本報告のような個人からアンケートしたものではない。さらに調査内容が矯正方法だけであり，スポーツ選手の視力と矯正の関係や矯正の詳しい実態については明らかにしていない。

また，大阪府医師会学校医部会による高校生を対象とした報告は高校スポーツ選手の視力と矯正の実態とともに，教師による生徒の視力の把握などについてもアンケートしたものである。個々のスポーツにおける視力不足によるミスの事例等について詳細にまとめられており，高校生の実態についての資料として価値あるものである。しかしながら対象が高校生だけである点，矯正法などについて詳細な調査ではないなどから，広くスポーツ選手全般についての資料としては限定的なものである。

これらの2つの大規模な調査からすでに7~8年経過し，この間も青少年の視力低下に歯止めがかかっていない。さらに矯正方法も多様化していることもあり，現時点の最新の資料を得ておくことはスポーツ指導においても重要なことから，本調査を行ったものである。

本調査でのスポーツ選手はいわゆる一流選手ではない。小学生から高齢者までの日常スポーツに親しみ，汗を流しているものを対象にしている。中には一流選手や，あるいはそれを目指しているものも含まれている可能性があるが区別していない。

本調査により平均年齢19.04歳のスポーツ選手1932名の回答を得た。対象者の数，調査内容から現時点のスポーツ選手の視力と視力矯正の実態を反映したものと考えられる。本調査から明らかになった主要な点について考察する。

1) 裸眼視力と矯正

スポーツに熱心に取り組む時期である青少年の視力の実態については学校保健統計（文部科学省）により把握されている。本調査でも裸眼視力が左右ともに1.0以上ある割合は約4割，0.3未満が約3割であり，統計とほぼ同様の結果を得ている。しかし，学校保健統計では矯正視力や矯正率については集計していない。

本調査の結果，矯正視力では1.0以上が7割を占め，約9割が0.7以上を有していることが明らかになった。矯正率は49%であり，約半数が矯正しているのが日本の青少年の実態である。裸眼視力でみると，矯正率は0.9~0.7では約4割，0.6~0.3では約7割，0.3未満ではほぼ100%である。

2) 視力不足とミスの経験

視力不足によりミスを経験したものは全体の 2 割程度であるが、裸眼視力が 0.6~0.3 以下になるとミスが起きる可能性が高まると考えられる。ミスの起きる可能性の高いのは、高速で動く小さいボール（シャトル）を見るボールゲームであり、水泳、剣道、陸上などのスポーツや格闘技系では数%と少ない。

石垣⁶⁾は、日常、CL で両眼視力 1.2 に矯正されている野球、サッカー、卓球、テニス、バスケットボール、アーチェリーの被験者各 5 名、計 30 名に Dispo を装着して、過矯正 (1.6), 1.2, 0.7, 0.5, 0.3, 0.1 の状態を設定し、それらの視力下での各スポーツパフォーマンスをみている。その結果、全体では視力 0.7 以下でパフォーマンスの低下がみられ、視力が低いほど影響が大きく、とくに小さいボールが高速で動く野球で最も影響が大きいことを明らかにしている。本調査でも視力不足によるミスの発生が 0.6~0.3 では 22%, 0.3 以下では 52% が経験しており、視力 0.7 以下になるとミスの発生が増えることを示唆している。これらのことからスポーツにおける視力矯正は少なくとも 0.7 以上に矯正されることが望ましいと思われる。

3) ふだんの矯正と CL の使用

ふだんの矯正方法ではメガネが約 3 割であり、CL 使用者が 7 割であった。メガネは年齢が高くなるに従い減り、大学生では 25% である。本調査では視力矯正を開始するのは中学生の時期がもっとも多く 44% であり、約半数近くがこの時期に開始している。平成 15 年度学校保健統計によれば中学生 (13~15 歳) では視力 1.0 未満が約 50% であり、中学生の頃に視力の低下を自覚し、矯正を開始するためと思われる。

CL 使用者の 30% が CL による傷害を経験しているが、CL の定期健診を受診するものは約 3 割にすぎない。受診率は CL 経験が長くなるほど不定期および受けない割合が有意に増加している。これは長期にわたる CL の使用により CL への過信やケアの軽視、定期的受診を面倒と感じるためと思われる。一方、CL による傷害率でみると、定期的に受診する、不定期、あるいは受けないものとの間に傷害率で統計的に有意な差がなく、受診の有無と傷害の発生には明確な関係がみられなかったことも定期的受診の低さに関係していることも考えられる。

4) スポーツのときの矯正と Dispo の普及

ふだん矯正しているものの中でスポーツのときも矯正する割合は 7 割であった。この割合は大学スポーツ選手を調査した 1995 年の佐渡³⁾や 1989 年の古久保⁵⁾の結果とほぼ同じである。

スポーツのときの矯正はふだんと換えていることも明らかになった。ふだん CL のものはスポーツのときも

100% が CL であり、ふだんメガネであってもスポーツではその 14% が CL を使用し、さらにメガネと CL 両方使用しているものでも、スポーツのときは 92% が CL を使用していた。このようにスポーツでは CL が主流であり、全体では約 8 割を占めている。

スポーツのとき使用する CL の種類は、1 日使い捨てが 16%, 2 週間使い捨てが 40% であり、使い捨てがあわせて約 6 割を占めている。1995 年の佐渡³⁾の調査では Dispo はわずか 3% であるのに比べると、この間 Dispo が急速に普及したことがわかる。スポーツの激しい動きの中で紛失、破損、汚損した場合でも、すぐ交換でき、しかも CL のケア負担も少ない Dispo はスポーツ用の CL として認知されてきているからではないかと思われる。

5) 視力矯正と技能の向上

視力不足では最大のパフォーマンスを発揮することができないが、矯正によってスポーツの技能向上を感じているものが全体の 58%, 約 6 割であった。視力が低いほど技能の向上を感じており、視力 0.3 未満では 72% を占めている。このように矯正は視力不足によるミスを解消する方向に働いており、スポーツでは視力不足は最大のパフォーマンスが発揮できないこと、逆に適正な視力矯正によって技能の向上につながることをスポーツ関係者に広く周知させる必要がある。

文献

- 1) 大阪府医師会学校保健部会「視覚とスポーツに関する調査報告書」, (1996)
- 2) 上野純子ら「大学運動部選手の視機能について - 裸眼視力・屈折状態・立体視機能 -」, 日本体育大学紀要, 22-1, (1992)
- 3) 佐渡一成ら「スポーツ眼科へのアプローチ - スポーツ現場における視力矯正法選択の現状 -」, 臨床スポーツ医学, 12 (10) 1141-1147, (1995)
- 4) 日本クラブユースサッカー連盟「目と視力に関するアンケート」, 第 7 回スポーツビジョン研究会発表資料, (2000)
- 5) 古久保孝明「スポーツビジョン 1988 年アンケート調査結果」, JOA ジャーナル, 7, (1989)
- 6) 石垣尚男「スポーツにおける視力矯正 - 適正な視力矯正の指針のための実験研究 -」, 日本体育学会第 46 回大会号, 260, (1995)

謝辞

本アンケート調査にあたってスポーツビジョン研究会会員、および多くのスポーツ団体に多大な協力をいただきました。記して感謝いたします。

種目	表1 視力不足によるミスの事例	表2 視力矯正によって技能が向上したと感じた事例
バスケットボール	シュートの時の距離感がつかみにくかった コンタクトレンズをしていなかった時、得点と残り時間が見えなかった 背番号が見えなかった 片方しかコンタクトを入れなかった時、シュートが全く入らなかった	シュート率が向上。ボールの動きや相手の動きがわかる 周りがよく見える。精神的にも集中できる パスするとき相手の位置を正確に判断できる はっきりと見分けられるようになりパスやシュートがしやすくなった
野球	打球が6つくらいに見えてエラーした ピッチャーが投げたボールの遠近感が分らなかった フライが消えて見えた 外野フライを見落した	キャッチャーのサインがよく見える ボールの位置(軌跡)がはっきりわかる 打撃や守備など瞬時の反応や判断の能力に向上が見られた ゴロ捕球が見えやすい
サッカー	相手を見失う。仲間の動きが見えなかった 遠近感がとれなくて相手にボールを奪われた 高くボールが上がった時落下地点が読めなかった 敵にパスしてしまった	まわりの人の動き、ボールのバウンドのタイミングが見える ボールがきた時、トラップがしやすい 遠近感が合う 逆サイドなど、全てが遠くまで見えるようになった
バレーボール	ボールの上が高さが分かりにくかった サインを見間違えた ボールがいくつもあるようにボツッと見えた サーブが近くに来るまでどこに行ったかわからなかった 見えなくて空振りしてしまった。	ボールのぶれや、サインの見間違いがなくなった ボールの回転が見え、スパイクやサーブのコースが見える ボールがはっきり見えるので、ミートが確実にできる ボールの回転、相手の視線がわかった ボールをしっかり見て打てるようになった
テニス	サーブなど特に速い場合は目がボールに追いつけなかった ラケットを振り遅れた タ方になると速いボールは見えない	反応が速くなった。また視野が広がった 相手のサーブのモーションが見える ボールの回転がはっきり見える
卓球	回転が見えなかった レシーブの時、ラリー中、ボールがよく見えなくなった ボールがかすんで見えて回転がはっきりわからない 相手のボールがあたる瞬間がわからなかった	判断の遅れが減少した CLをした方が判断が早くなるので相手コートにかえる率が高くなる 球の回転、球の距離感、スピードがわかる ボールが飛んでくるときの距離感がつかめた
バドミントン	スマッシュを打たれたときにシャトルが見えない コンタクトレンズがくもってシャトルが見えなくなった スマッシュされるとよく見えず、反応が遅くなる	奥のラインやシャトルの動きがはっきり見える 常にシャトルに視点が合い自分のプレイに集中できる 相手が打つのがはっきり見えるため何を打ってくるのかわかりやすい
ラグビー	ボールが取りにくくてキャッチ出来なかった ボールがとれない	グラウンド全体がしっかり見える。 グラウンド全体が見やすく状況がよく見える
剣道	相手の技に応じるのが遅れた 相手が出てくる所がぼやけて見えない 相手の表情が見えない	世界が変わったように感じ、相手の動きがよく見えるように感じた 遠近感がはっきりする 相手(竹刀)の動きが見える
陸上	ハードルまでの距離感がつかめなかった 石が見えなくて転倒しかけた	集中できる。視点がさだまる。つかれにくい ハードルとの距離感がハッキリして、2秒程度タイムが上がった
水泳	カベが見えなくて衝突した	バランス感覚がよくなった。
弓道	的がよく見えないので狙いが定まらない	雨天でも的がよく見える

アンケート用紙

()内は該当項目に○印をつけ, には文字や数字を記入してください。
 なお,コンタクトレンズは CL と略します。

§ あなたについてお聞きします

① 年齢 歳(男 ・ 女)

あなたは〔 小学生 ・ 中学生 ・ 高校生 ・ 大学生 ・ 社会人(プロ ・ アマ)〕

現在のスポーツ種目 , ポジション

これまで主にやったスポーツ

小学生 中学生 高校生 大学生

② あなたは自分の視力を知っていますか(はい ・ いいえ)

「はい」と答えた方のみ答えてください

視力値(1.0 などの数値)を知っている人は, その数値を記入し, 数値が不明な人は,
 A=1.0 以上, B=0.9~0.7, C=0.6~0.3, D=0.3 未満の A・B・C・D で回答してください。

裸眼の場合 右 (), 左 ()

視力矯正値 右 (), 左 ()

③ スポーツのとき, 視力不足を感じることはありませんか(はい ・ いいえ)

「はい」と答えた方に, それはどのようなときですか

④ 今までに視力不足のためにスポーツでミスをしたと感じたことがありますか(はい ・ いいえ)

「はい」の方に, そのスポーツ種目は

どのようなときですか

§ あなたの視力矯正についてお聞きします

⑤ あなたは, ふだん(日常生活で)視力矯正をしていますか(はい ・ いいえ)

「はい」と答えた方のみ⑥, ⑦, ⑧, ⑨に答えてください

⑥ あなたのふだんの矯正方法はどれですか

(メガネ ・ ハード CL ・ ソフト CL ・ 使い捨て CL ・ メガネと CL の両方)

・乱視がありますか (あり ・ なし ・ わからない)

・いつ頃から矯正しましたか, ○をつけて に学年を入れてください

(小学 ・ 中学 ・ 高校 ・ 大学 年生頃から ・ 社会人になってから)

・最初の矯正の方法は (メガネ ・ CL ・ メガネと CL 両方)

⑦ ふだん(日常生活で)CL をしている方に

・初めて使用した CL の種類は(ハード ・ ソフト ・ 使い捨てソフト ・ 不明)

・眼の定期検診を受けていますか(定期的に受ける ・ 不定期 ・ 受けない)

・CL が原因となる眼の傷害になったことがありますか(はい ・ いいえ)

「はい」と答えた方に, それはどんな傷害ですか

(角膜にキズがついた ・ 結膜に炎症を起こした ・ ドライアイ ・ その他)

- ⑧ あなたはスポーツのときに視力矯正をしていますか(はい・いいえ)

「はい」と答えた方に、

- ・スポーツのときの視力矯正は (メガネ・CL・メガネとCL)
- ・そのとき使用するCLの種類は(ハード・ソフト・1日使い捨て・2週間使い捨て)

「いいえ」と答えた方に、その理由は(複数回答可)

- ・ふだんメガネの方に(必要ない・ルールで禁止・ケガが心配・曇る・重い・ずれる・落ちる・こわれるとお金がかかる・その他)
- ・ふだんCLの方に(必要ない・ルールで禁止・ケガが心配・曇る・痛い・ずれる・落ちる・お金がかかる・その他)

- ⑨ メガネやCLでスポーツをしたほうが、裸眼のときに比べて技能が向上したと感じたことがありますか
(はい・いいえ)

「はい」と答えた方に、

- そのスポーツは
- どのような時に感じましたか

§ あなたは次のことを知っていますか

- ⑩ 近視矯正手術があるのを知っていますか(はい・いいえ)

「はい」の方に、受けてみようと思いますか(はい・いいえ・すでに受けた)

- ⑪ スポーツのケガから眼をガードするアイガード(アイプロテクター)があることを知っていますか
(はい・いいえ・使っている)

- ⑫ 次のことばを聞いたことがありますか。

聞いたことがあるものに○を、内容を知っているものに◎をつけてください

- (動体視力・深視力・周辺視・視野・眼球運動・瞬間視・スポーツビジョン)

ご協力ありがとうございました。

(受理 平成16年3月19日)