

日本國中小學近視學生隨年級上升而增加

駐日本代表處教育組

日本文部科學省於 2024 年 7 月 31 日公佈調查國中小學學生近視情形結果，其中判定為近視的國小學生有 4 成，國中學生有 6 成，而且隨著學年的上升，有近視學生的人數也隨著增加。文科省鼓勵學生拉長在室外活動的時間，減少使用電腦等以預防近視。

文科省於 2023 年度視力健檢 5,200 名學生，其中近視的比率國小三年級為 35.9%，國小六年級 53.4%，國中三年級 60.9%。分析近視的原因，與生活習慣有關，例如平均在室外時間，平常日為每天 1 小時、休假日為 1 天 2 小時以上的學童，較在外時間平均每日未達 30 分鐘的學童，比較不容易有視力低落問題；再者使用電腦等電子機器時間越長，越有視力低落的傾向。文科省於上年曾周知各縣市教育委員會，鼓勵學童除上課及休息時間外，每天 90 分鐘於室外活動；看近處的書籍、電腦時，宜每 30 分鐘讓眼睛休息 1 次等。由於夏天在室外也會發生中暑等問題，因此如何增加在室外活動的時間也有需克服的問題。文科省承辦人員表示，在瞭解環境現況後，不止學童、或學校，包含家庭等也應儘可能支援協助。

該項調查所謂的近視，係指角膜到網膜的眼軸長為盼定基準；上年度約調查 8,900 名學童，其中 5,200 名學童為 2021 年度起連續 3 年調查的學童。裸眼視力未達 1.0 的學生比率，2022 年度國小學生有 24.95%、國中學生 61.23%、高大生 71.56%，隨著年級上升近視的比率也增加，約為 40 年前的 1.3 倍~1.7 倍。近年全球的學童近視人數持續增加，特別是亞洲先進各國有此傾向。

撰稿人/譯稿人：黃冠超

資料來源：2024 年 8 月 1 日產經新聞第 22 版、朝日新聞第 27 版