表 8-5-15. アンケート Q13.「休日の屋外利用時間」回答の分布

		1	2	3	4	5	n
		30 分未満	30 分以上 60 分未満	60 分以上 90 分未満	90 分以上 120 分未満	120 分以上	
I 群	2021 年度	49 (6.84%)	201 (28.07%)	177 (24.72%)	126 (17.60%)	163 (22.77%)	716
(小 1→小 3)	2022 年度	73 (10.44%)	203 (29.04%)	194 (27.75%)	87 (12.45%)	142 (20.31%)	699
	2023 年度	94 (13.60%)	213 (30.82%)	151 (21.85%)	83 (12.01%)	150 (21.71%)	691
II 群	2021 年度	82 (11.94%)	178 (25.91%)	179 (26.06%)	99 (14.41%)	149 (21.69%)	687
(小 2→小 4)	2022 年度	101 (14.92%)	196 (28.95%)	161 (23.78%)	70 (10.34%)	149 (22.01%)	677
	2023 年度	146 (22.67%)	187 (29.04%)	112 (17.39%)	66 (10.25%)	133 (20.65%)	644
III 群	2021 年度	84 (11.75%)	190 (26.57%)	186 (26.01%)	84 (11.75%)	171 (23.92%)	715
(小 3→小 5)	2022 年度	124 (18.10%)	199 (29.05%)	128 (18.69%)	65 (9.49%)	169 (24.67%)	685
	2023 年度	154 (22.19%)	176 (25.36%)	138 (19.88%)	66 (9.51%)	160 (23.05%)	694
IV 群	2021 年度	118 (16.86%)	198 (28.29%)	145 (20.71%)	80 (11.43%)	159 (22.71%)	700
(小 4→小 6)	2022 年度	142 (20.91%)	202 (29.75%)	116 (17.08%)	65 (9.57%)	154 (22.68%)	679
	2023 年度	205 (30.92%)	174 (26.24%)	81 (12.22%)	53 (7.99%)	150 (22.62%)	663
V 群	2021 年度	120 (19.39%)	162 (26.17%)	106 (17.12%)	68 (10.99%)	163 (26.33%)	619
(小 5→中 1)	2022 年度	154 (25.29%)	169 (27.75%)	80 (13.14%)	47 (7.72%)	159 (26.11%)	609
	2023 年度	120 (19.87%)	131 (21.69%)	91 (15.07%)	65 (10.76%)	197 (32.62%)	604
VI 群	2021 年度	130 (20.80%)	178 (28.48%)	108 (17.28%)	51 (8.16%)	158 (25.28%)	625
(小 6→中 2)	2022 年度	156 (25.32%)	148 (24.03%)	110 (17.86%)	50 (8.12%)	152 (24.68%)	616
	2023 年度	155 (25.70%)	116 (19.24%)	95 (15.75%)	53 (8.79%)	184 (30.51%)	603
VII 群	2021 年度	237 (25.46%)	233 (25.03%)	142 (15.25%)	70 (7.52%)	249 (26.75%)	931
(中 1→中 3)	2022 年度	210 (23.60%)	193 (21.69%)	138 (15.51%)	85 (9.55%)	264 (29.66%)	890
	2023 年度	270 (29.93%)	208 (23.06%)	136 (15.08%)	90 (9.98%)	198 (21.95%)	902
全体	2021 年度	833 (16.52%)	1353 (26.84%)	1054 (20.91%)	584 (11.59%)	1217 (24.14%)	5041
	2022 年度	971 (19.82%)	1320 (26.95%)	937 (19.13%)	477 (9.74%)	1193 (24.36%)	4898
	2023 年度	1156 (23.85%)	1224 (25.26%)	813 (16.78%)	479 (9.88%)	1174 (24.23%)	4846

図 8-5-29. アンケート Q13.「休日の屋外利用時間」回答の推移

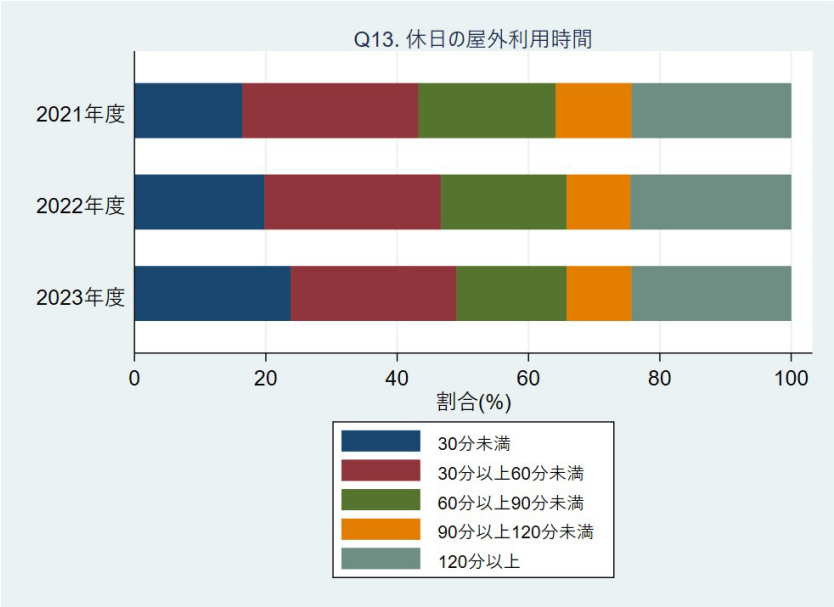
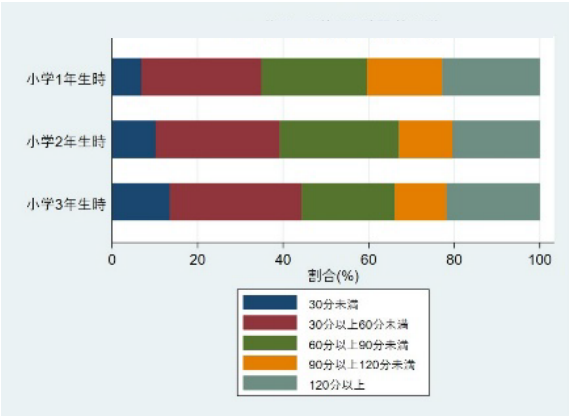
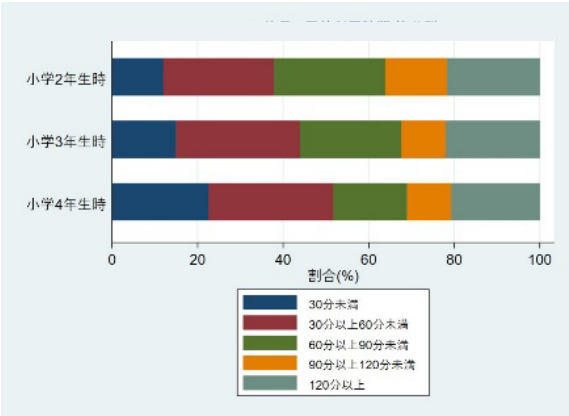


図 8-5-30. 各群のアンケート Q13.「休日の屋外利用時間」回答の推移

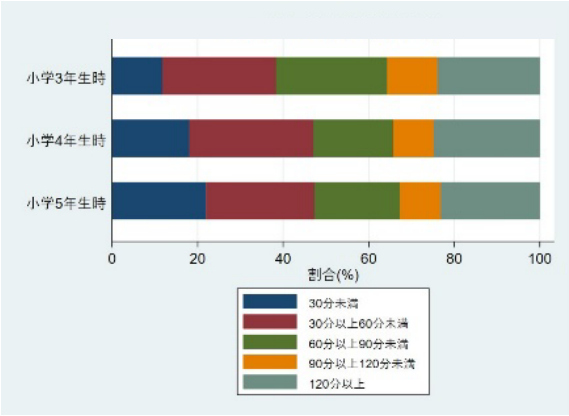
I 群



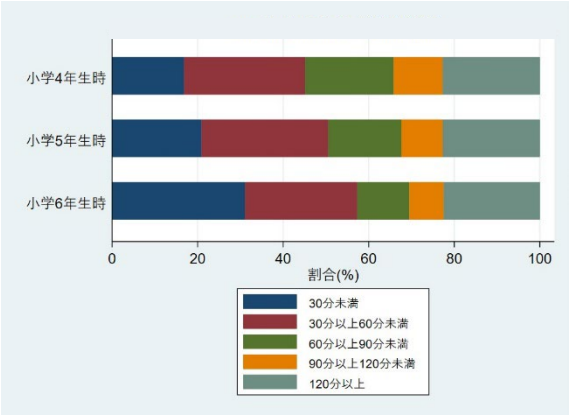
II 群



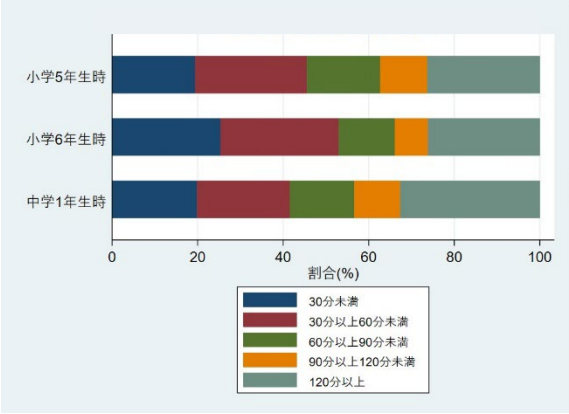
III群



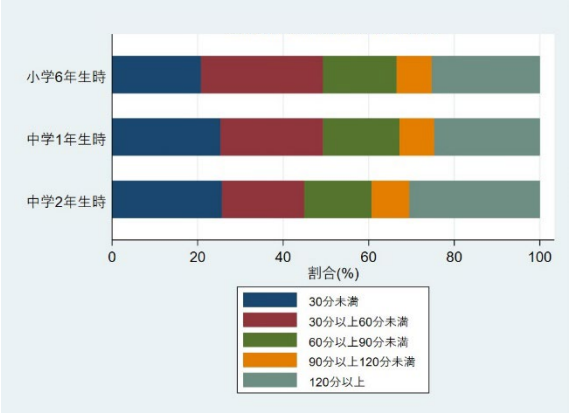
IV群



V 群



VI群



VII 群

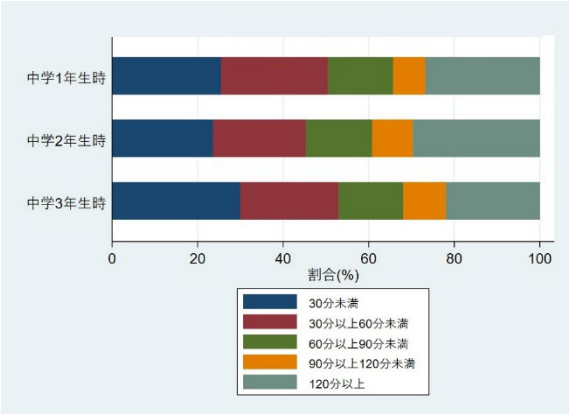

中学1年生時
中学2年生時
中学3年生時
0
20
40
60
80
100
割合(%)
30分未満
30分以上60分未満
60分以上90分未満
90分以上120分未満
120分以上

表 8-5-16. アンケート Q14.「休日の勉強や読書の平均時間」回答の分布

		1	2	3	4	5	n
		30 分未満	30 分以上 60 分未満	60 分以上 90 分未満	90 分以上 120 分未満	120 分以上	
I 群	2021 年度	402（55.68%）	263（36.43%）	43（5.96%）	10（1.39%）	4（0.55%）	722
(小 1→小 3)	2022 年度	269（38.16%）	323（45.82%）	76（10.78%）	25（3.55%）	12（1.70%）	705
	2023 年度	271（38.94%）	285（40.95%）	98（14.08%）	27（3.88%）	15（2.16%）	696
II 群	2021 年度	293（42.34%）	281（40.61%）	83（11.99%）	22（3.18%）	13（1.88%）	692
(小 2→小 4)	2022 年度	288（42.54%）	252（37.22%）	90（13.29%）	24（3.55%）	23（3.40%）	677
	2023 年度	264（40.62%）	212（32.62%）	108（16.62%）	37（5.69%）	29（4.46%）	650
III 群	2021 年度	252（35.20%）	306（42.74%）	125（17.46%）	15（2.09%）	18（2.51%）	716
(小 3→小 5)	2022 年度	258（37.39%）	272（39.42%）	110（15.94%）	27（3.91%）	23（3.33%）	690
	2023 年度	245（35.30%）	258（37.18%）	125（18.01%）	41（5.91%）	25（3.60%）	694
IV 群	2021 年度	252（35.64%）	265（37.48%）	128（18.10%）	31（4.38%）	31（4.38%）	707
(小 4→小 6)	2022 年度	246（36.07%）	256（37.54%）	113（16.57%）	36（5.28%）	31（4.55%）	682
	2023 年度	262（39.28%）	210（31.48%）	108（16.19%）	42（6.30%）	45（6.75%）	667
V 群	2021 年度	206（33.28%）	236（38.13%）	122（19.71%）	33（5.33%）	22（3.55%）	619
(小 5→中 1)	2022 年度	214（34.97%）	229（37.42%）	106（17.32%）	32（5.23%）	31（5.07%）	612
	2023 年度	170（28.05%）	152（25.08%）	127（20.96%）	84（13.86%）	73（12.05%）	606
VI 群	2021 年度	195（31.05%）	240（38.22%）	109（17.36%）	49（7.80%）	35（5.57%）	628
(小 6→中 2)	2022 年度	165（26.70%）	169（27.35%）	129（20.87%）	76（12.30%）	79（12.78%）	618
	2023 年度	182（30.18%）	175（29.02%）	129（21.39%）	69（11.44%）	48（7.96%）	603
VII 群	2021 年度	206（22.20%）	244（26.29%）	200（21.55%）	115（12.39%）	163（17.56%）	928
(中 1→中 3)	2022 年度	291（32.51%）	193（21.56%）	168（18.77%）	98（10.95%）	145（16.20%）	895
	2023 年度	183（20.22%）	164（18.12%）	195（21.55%）	141（15.58%）	222（24.53%）	905
全体	2021 年度	1841（36.38%）	1846（36.48%）	812（16.05%）	275（5.43%）	286（5.65%）	5060
	2022 年度	1754（35.64%）	1711（34.76%）	795（16.15%）	318（6.46%）	344（6.99%）	4922
	2023 年度	1608（33.05%）	1466（30.13%）	894（18.37%）	441（9.06%）	457（9.39%）	4866

図 8-5-31. アンケート Q14.「休日の勉強や読書の平均時間」回答の推移

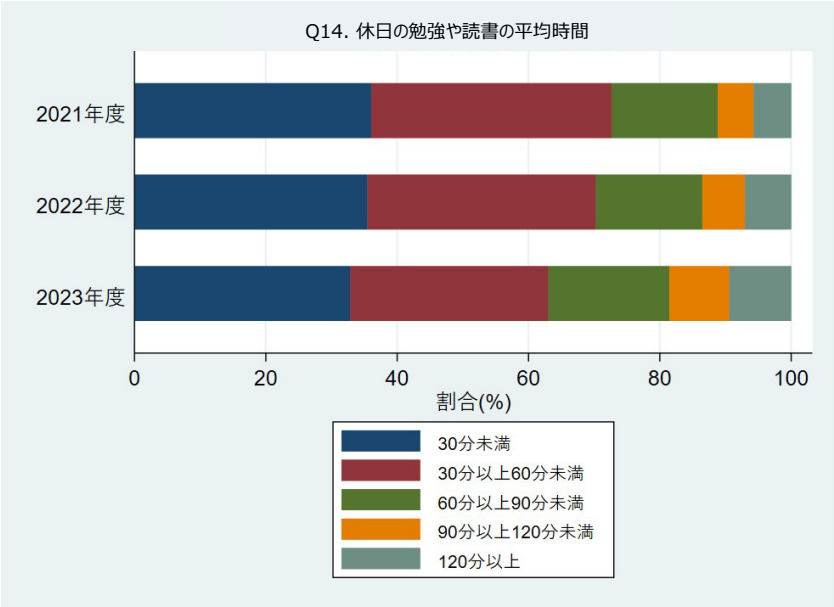
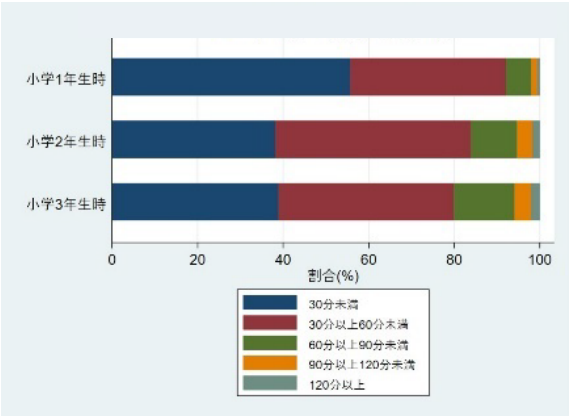
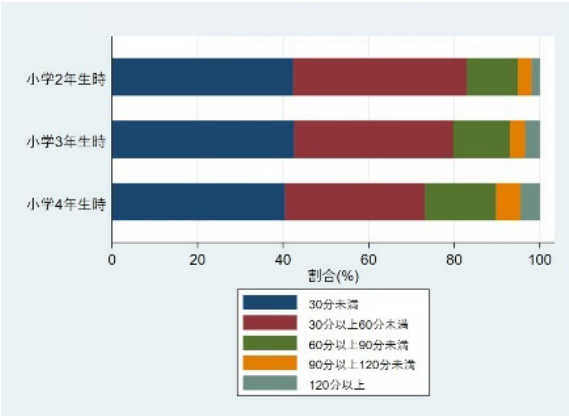


図 8-5-32. 各群のアンケート Q14.「休日の勉強や読書の平均時間」回答の推移

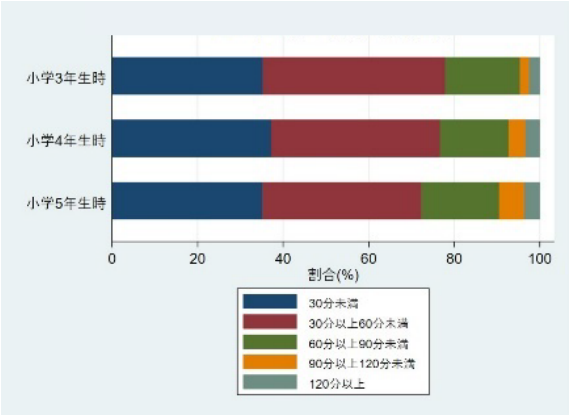
Ⅰ群



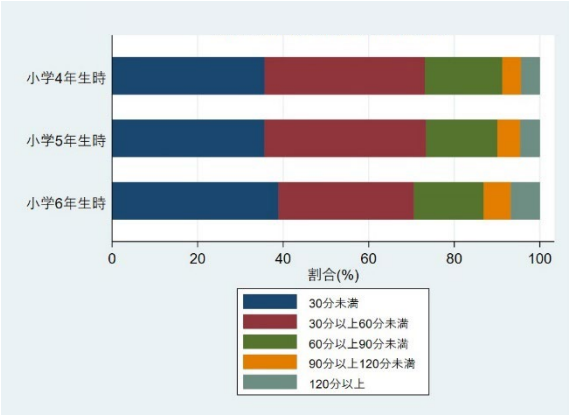
Ⅱ群



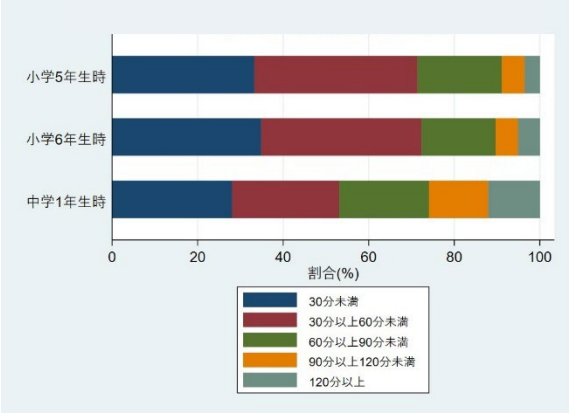
Ⅲ群



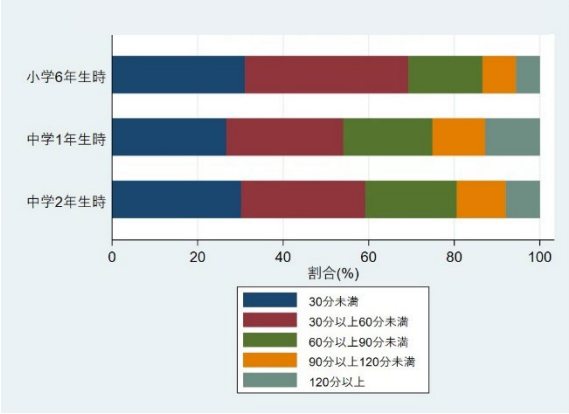
Ⅳ群



Ⅴ群



Ⅵ群



VII 群

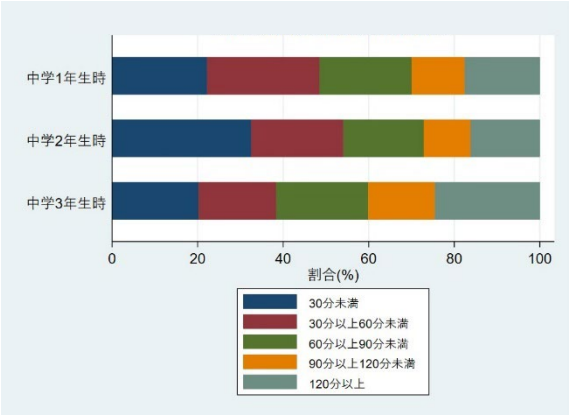

中学1年生時
中学2年生時
中学3年生時
0
20
40
60
80
100
割合(%)
30分未満
30分以上60分未満
60分以上90分未満
90分以上120分未満
120分以上

表 8-5-17. アンケート Q15.「休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間」回答の分布

		1	2	3	4	5	n
		30 分未満	30 分以上 60 分未満	60 分以上 90 分未満	90 分以上 120 分未満	120 分以上	
I 群	2021 年度	401（55.54%）	172（23.82%）	75（10.39%）	32（4.43%）	42（5.82%）	722
(小 1→小 3)	2022 年度	354（50.43%）	146（20.80%）	97（13.82%）	52（7.41%）	53（7.55%）	702
	2023 年度	337（48.42%）	159（22.84%）	109（15.66%）	28（4.02%）	63（9.05%）	696
II 群	2021 年度	351（51.39%）	147（21.52%）	87（12.74%）	55（8.05%）	43（6.30%）	683
(小 2→小 4)	2022 年度	319（47.33%）	151（22.40%）	107（15.88%）	46（6.82%）	51（7.57%）	674
	2023 年度	327（50.46%）	116（17.90%）	103（15.90%）	51（7.87%）	51（7.87%）	648
III 群	2021 年度	392（55.29%）	129（18.19%）	93（13.12%）	49（6.91%）	46（6.49%）	709
(小 3→小 5)	2022 年度	326（47.59%）	119（17.37%）	109（15.91%）	52（7.59%）	79（11.53%）	685
	2023 年度	328（47.47%）	127（18.38%）	101（14.62%）	64（9.26%）	71（10.27%）	691
IV 群	2021 年度	344（48.86%）	145（20.60%）	103（14.63%）	61（8.66%）	51（7.24%）	704
(小 4→小 6)	2022 年度	310（45.86%）	121（17.90%）	108（15.98%）	53（7.84%）	84（12.43%）	676
	2023 年度	301（45.47%）	91（13.75%）	119（17.98%）	51（7.70%）	100（15.11%）	662
V 群	2021 年度	287（46.74%）	128（20.85%）	83（13.52%）	50（8.14%）	66（10.75%）	614
(小 5→中 1)	2022 年度	260（42.62%）	108（17.70%）	96（15.74%）	53（8.69%）	93（15.25%）	610
	2023 年度	323（53.57%）	92（15.26%）	71（11.77%）	46（7.63%）	71（11.77%）	603
VI 群	2021 年度	267（42.72%）	123（19.68%）	87（13.92%）	71（11.36%）	77（12.32%）	625
(小 6→中 2)	2022 年度	292（47.56%）	111（18.08%）	86（14.01%）	49（7.98%）	76（12.38%）	614
	2023 年度	331（54.89%）	73（12.11%）	71（11.77%）	36（5.97%）	92（15.26%）	603
VII 群	2021 年度	448（48.33%）	184（19.85%）	124（13.38%）	68（7.34%）	103（11.11%）	927
(中 1→中 3)	2022 年度	443（49.78%）	132（14.83%）	103（11.57%）	62（6.97%）	150（16.85%）	890
	2023 年度	463（51.22%）	141（15.60%）	101（11.17%）	66（7.30%）	133（14.71%）	904
全体	2021 年度	2517（50.03%）	1034（20.55%）	659（13.10%）	389（7.73%）	432（8.59%）	5031
	2022 年度	2327（47.55%）	892（18.23%）	712（14.55%）	371（7.58%）	592（12.10%）	4894
	2023 年度	2427（50.03%）	806（16.62%）	680（14.02%）	344（7.09%）	594（12.24%）	4851

図 8-5-33. アンケート Q15.「休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間」回答の推移

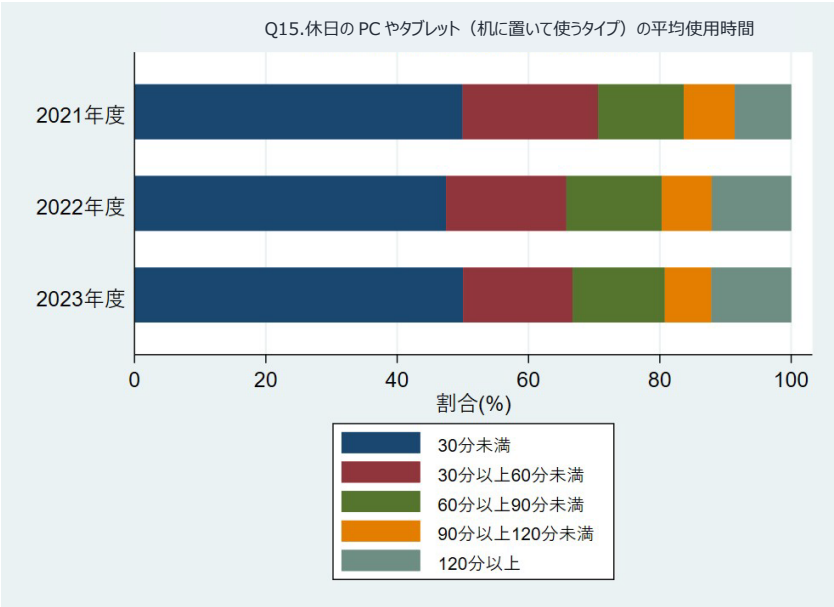
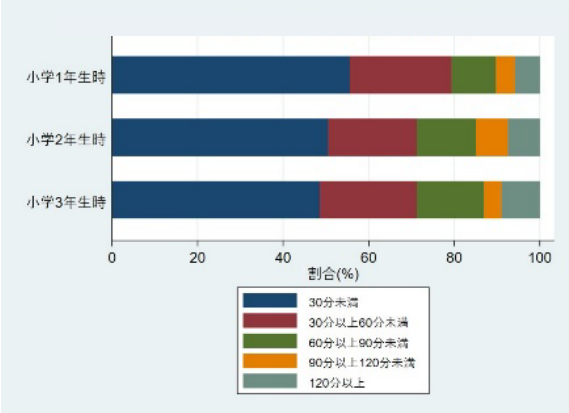
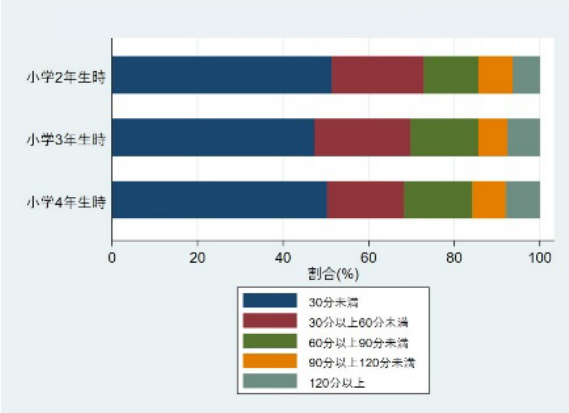


図 8-5-34. 各群のアンケート Q15.「休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間」回答の推移

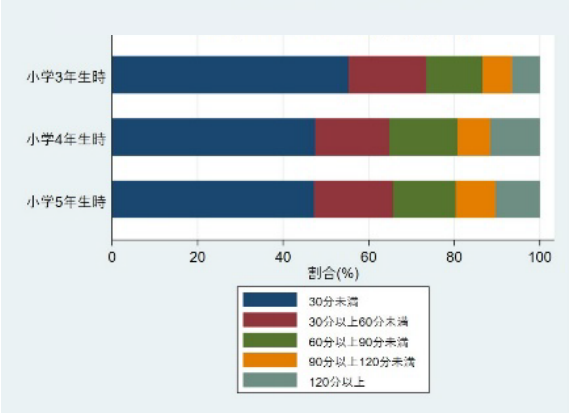
I 群



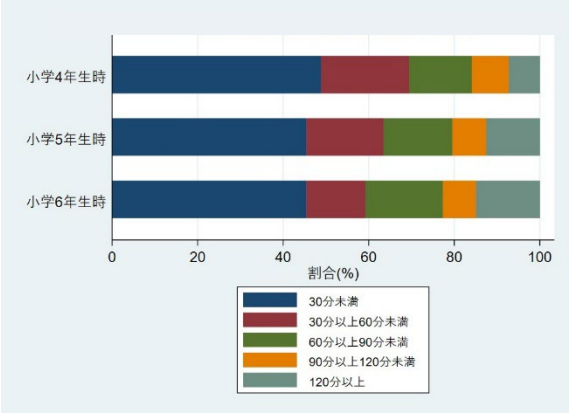
II 群



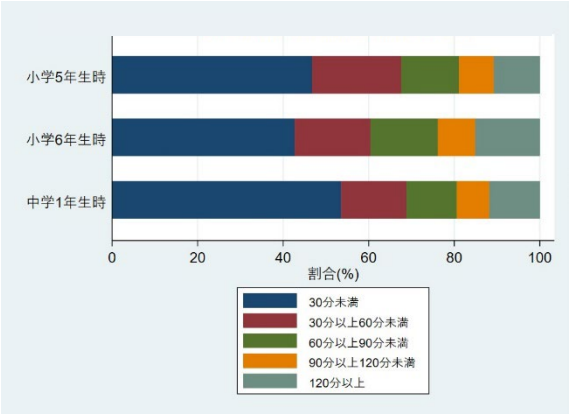
III群



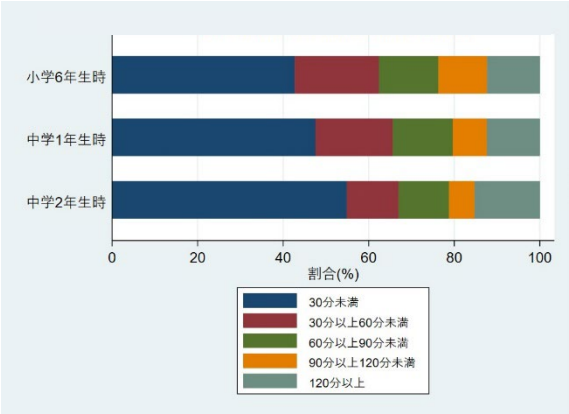
IV群



V 群



VI群



VII 群

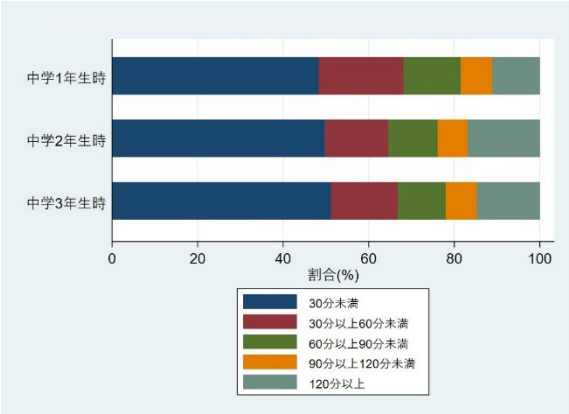

中学1年生時
中学2年生時
中学3年生時
0
20
40
60
80
100
割合(%)
30分未満
30分以上60分未満
60分以上90分未満
90分以上120分未満
120分以上

表 8-5-18. アンケート Q16.「休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間」
回答の分布

		1	2	3	4	5	n
		30 分未満	30 分以上 60 分未満	60 分以上 90 分未満	90 分以上 120 分未満	120 分以上	
I 群	2021 年度	343（47.77%）	145（20.19%）	109（15.18%）	68（9.47%）	53（7.38%）	718
(小 1→小 3)	2022 年度	283（40.37%）	128（18.26%）	129（18.40%）	85（12.13%）	76（10.84%）	701
	2023 年度	210（30.13%）	138（19.80%）	149（21.38%）	94（13.49%）	106（15.21%）	697
II 群	2021 年度	275（39.97%）	131（19.04%）	133（19.33%）	69（10.03%）	80（11.63%）	688
(小 2→小 4)	2022 年度	236（34.91%）	124（18.34%）	131（19.38%）	76（11.24%）	109（16.12%）	676
	2023 年度	206（31.69%）	111（17.08%）	123（18.92%）	84（12.92%）	126（19.38%）	650
III 群	2021 年度	241（33.61%）	145（20.22%）	149（20.78%）	80（11.16%）	102（14.23%）	717
(小 3→小 5)	2022 年度	193（27.97%）	130（18.84%）	152（22.03%）	90（13.04%）	125（18.12%）	690
	2023 年度	169（24.28%）	130（18.68%）	143（20.55%）	98（14.08%）	156（22.41%）	696
IV 群	2021 年度	194（27.60%）	143（20.34%）	156（22.19%）	86（12.23%）	124（17.64%）	703
(小 4→小 6)	2022 年度	154（22.71%）	117（17.26%）	155（22.86%）	101（14.90%）	151（22.27%）	678
	2023 年度	124（18.62%）	105（15.77%）	135（20.27%）	99（14.86%）	203（30.48%）	666
V 群	2021 年度	132（21.43%）	105（17.05%）	128（20.78%）	115（18.67%）	136（22.08%）	616
(小 5→中 1)	2022 年度	106（17.35%）	102（16.69%）	125（20.46%）	96（15.71%）	182（29.79%）	611
	2023 年度	70（11.51%）	77（12.66%）	108（17.76%）	95（15.63%）	258（42.43%）	608
VI 群	2021 年度	119（18.95%）	119（18.95%）	124（19.75%）	95（15.13%）	171（27.23%）	628
(小 6→中 2)	2022 年度	89（14.35%）	85（13.71%）	150（24.19%）	87（14.03%）	209（33.71%）	620
	2023 年度	63（10.45%）	64（10.61%）	103（17.08%）	97（16.09%）	276（45.77%）	603
VII 群	2021 年度	148（15.85%）	160（17.13%）	213（22.81%）	123（13.17%）	290（31.05%）	934
(中 1→中 3)	2022 年度	103（11.50%）	97（10.83%）	155（17.30%）	121（13.50%）	420（46.88%）	896
	2023 年度	97（10.68%）	93（10.24%）	153（16.85%）	138（15.20%）	427（47.03%）	908
全体	2021 年度	1468（29.06%）	957（18.94%）	1020（20.19%）	641（12.69%）	966（19.12%）	5052
	2022 年度	1176（23.93%）	792（16.11%）	1005（20.45%）	662（13.47%）	1280（26.04%）	4915
	2023 年度	953（19.56%）	723（14.84%）	922（18.92%）	709（14.55%）	1566（32.14%）	4873

図 8-5-35. アンケート Q16.「休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間」
回答の推移

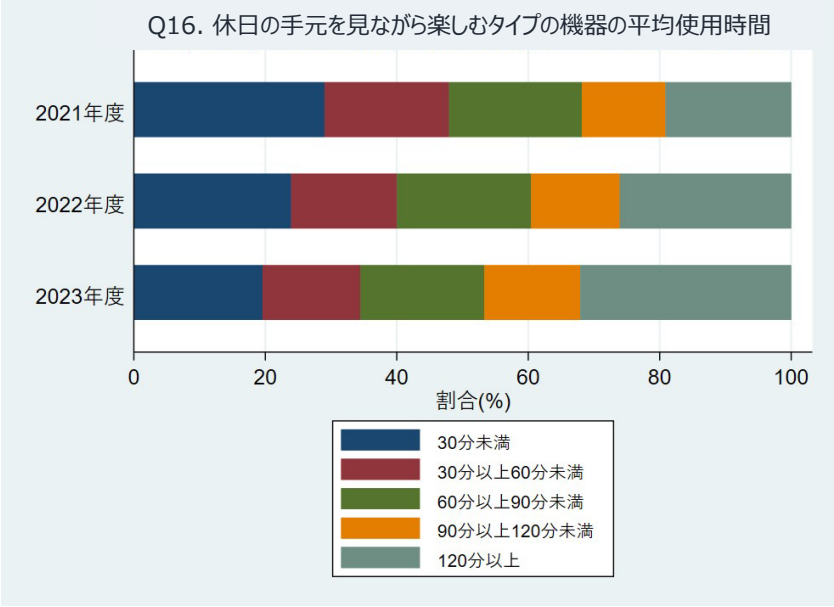
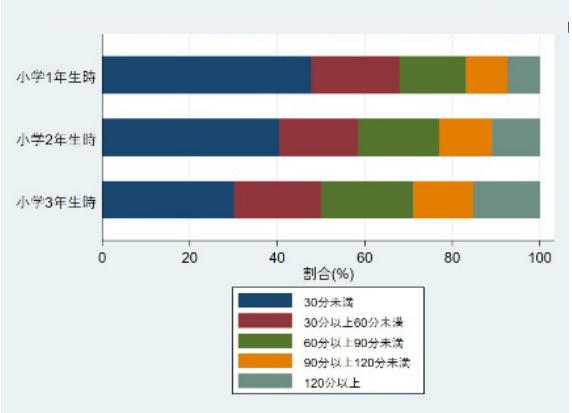
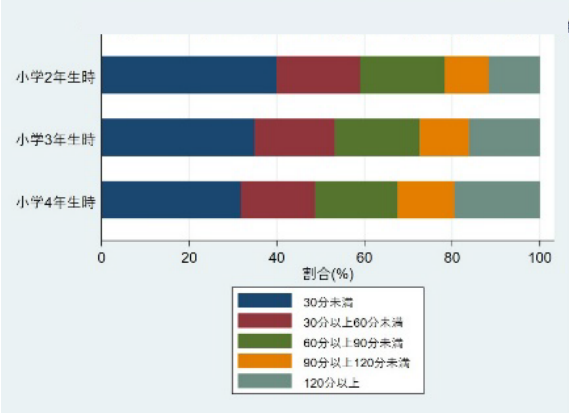


図 8-5-36. 各群のアンケート
Q16.「休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間」回答の推移

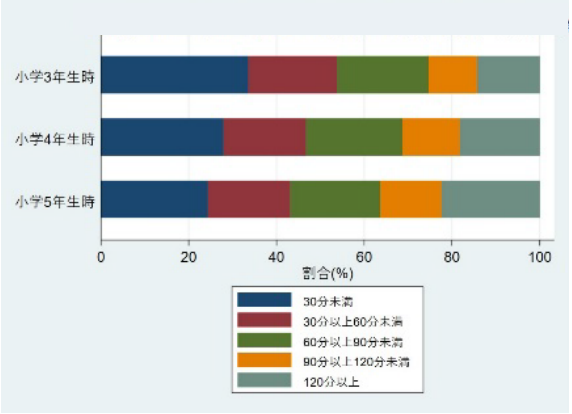
I 群



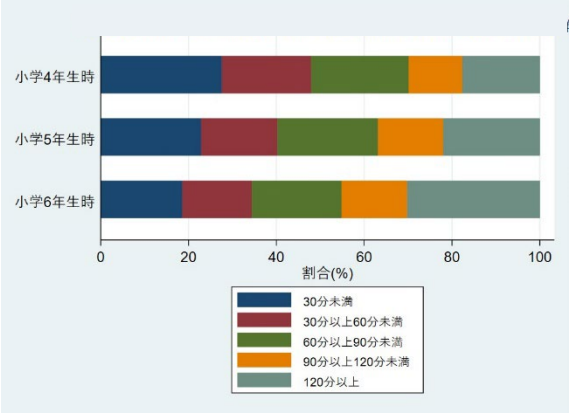
II 群



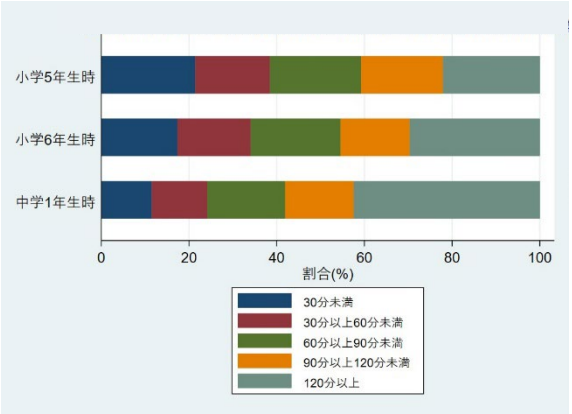
III群



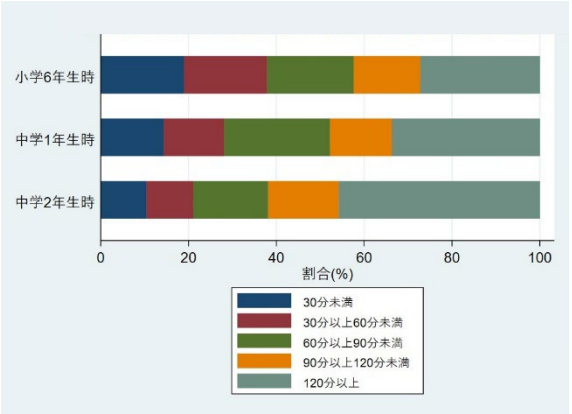
IV群



V 群



VI群



VII 群

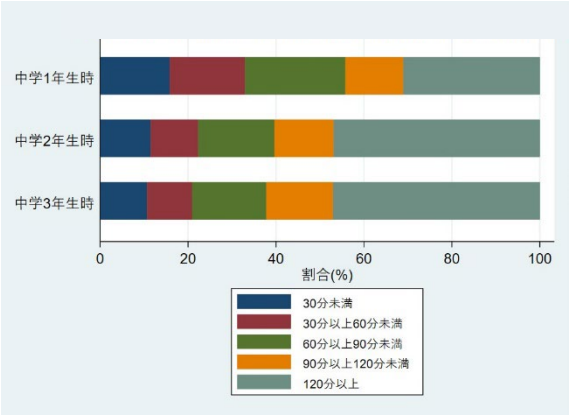

中学1年生時
中学2年生時
中学3年生時
0
20
40
60
80
100
割合(%)
30分未満
30分以上60分未満
60分以上90分未満
90分以上120分未満
120分以上

表 8-5-19. アンケート Q17.「休日のテレビの平均視聴時間」回答の分布

		1 30 分未満	2 30 分以上 60 分未満	3 60 分以上 90 分未満	4 90 分以上 120 分未満	5 120 分以上	n
I 群	2021 年度	78（10.73%）	143（19.67%）	215（29.57%）	136（18.71%）	155（21.32%）	727
(小 1→小 3)	2022 年度	78（11.08%）	152（21.59%）	192（27.27%）	144（20.45%）	138（19.60%）	704
	2023 年度	71（10.16%）	135（19.31%）	191（27.32%）	138（19.74%）	164（23.46%）	699
II 群	2021 年度	69（9.94%）	119（17.15%）	198（28.53%）	130（18.73%）	178（25.65%）	694
(小 2→小 4)	2022 年度	77（11.34%）	127（18.70%）	176（25.92%）	125（18.41%）	174（25.63%）	679
	2023 年度	90（13.80%）	118（18.10%）	166（25.46%）	121（18.56%）	157（24.08%）	652
III 群	2021 年度	64（8.90%）	129（17.94%）	200（27.82%）	141（19.61%）	185（25.73%）	719
(小 3→小 5)	2022 年度	97（14.06%）	129（18.70%）	170（24.64%）	129（18.70%）	165（23.91%）	690
	2023 年度	110（15.80%）	119（17.10%）	173（24.86%）	116（16.67%）	178（25.57%）	696
IV 群	2021 年度	69（9.72%）	123（17.32%）	194（27.32%）	135（19.01%）	189（26.62%）	710
(小 4→小 6)	2022 年度	96（14.08%）	130（19.06%）	189（27.71%）	119（17.45%）	148（21.70%）	682
	2023 年度	122（18.26%）	126（18.86%）	170（25.45%）	108（16.17%）	142（21.26%）	668
V 群	2021 年度	66（10.61%）	114（18.33%）	160（25.72%）	119（19.13%）	163（26.21%）	622
(小 5→中 1)	2022 年度	83（13.58%）	115（18.82%）	150（24.55%）	101（16.53%）	162（26.51%）	611
	2023 年度	102（16.75%）	132（21.67%）	139（22.82%）	90（14.78%）	146（23.97%）	609
VI 群	2021 年度	80（12.70%）	93（14.76%）	163（25.87%）	120（19.05%）	174（27.62%）	630
(小 6→中 2)	2022 年度	136（21.86%）	130（20.90%）	149（23.95%）	76（12.22%）	131（21.06%）	622
	2023 年度	147（24.34%）	134（22.19%）	129（21.36%）	62（10.26%）	132（21.85%）	604
VII 群	2021 年度	189（20.24%）	189（20.24%）	230（24.63%）	120（12.85%）	206（22.06%）	934
(中 1→中 3)	2022 年度	210（23.49%）	212（23.71%）	183（20.47%）	114（12.75%）	175（19.57%）	894
	2023 年度	287（31.61%）	207（22.80%）	195（21.48%）	81（8.92%）	138（15.20%）	908
全体	2021 年度	626（12.31%）	917（18.04%）	1372（26.99%）	908（17.86%）	1261（24.80%）	5084
	2022 年度	787（15.98%）	1006（20.43%）	1222（24.81%）	813（16.51%）	1097（22.27%）	4925
	2023 年度	939（19.24%）	980（20.08%）	1171（23.99%）	723（14.81%）	1068（21.88%）	4881

図 8-5-37. アンケート Q17.「休日のテレビの平均視聴時間」回答の推移

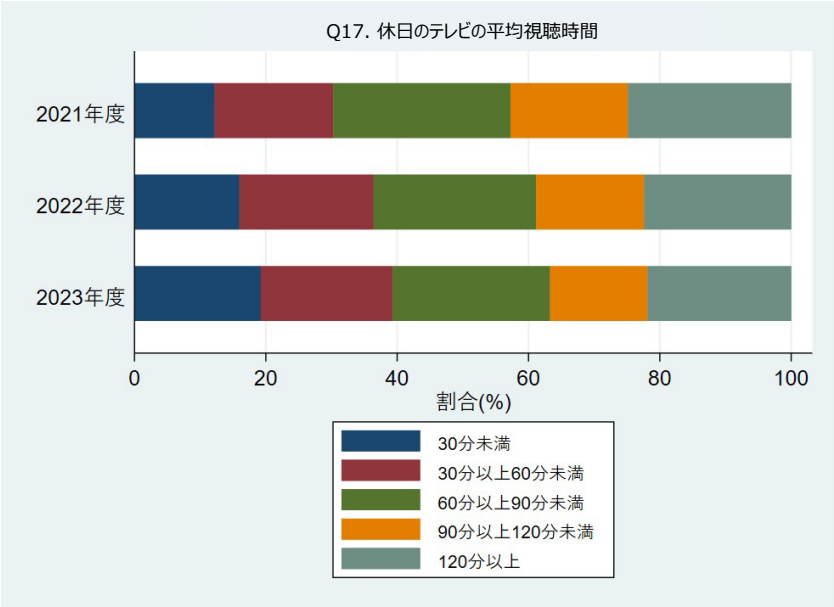
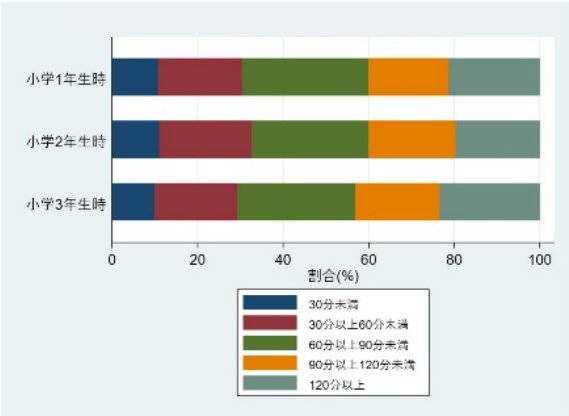
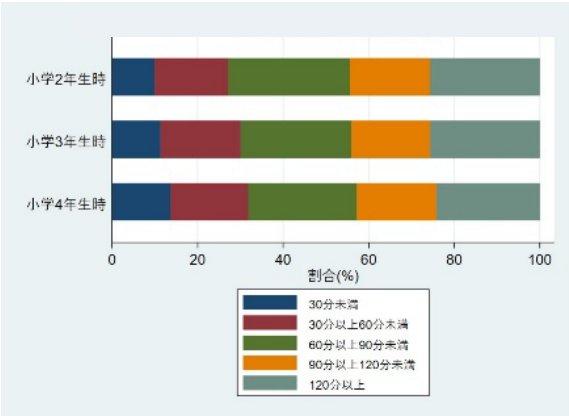


図 8-5-38. 各群のアンケート Q17.「休日のテレビの平均視聴時間」回答の推移

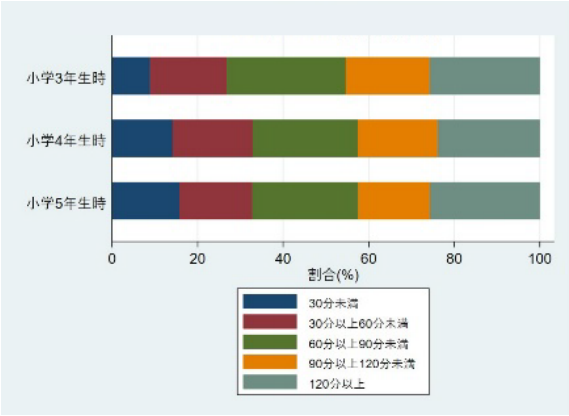
I 群



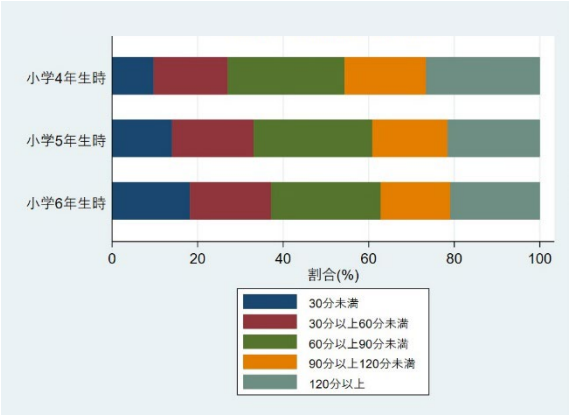
II 群



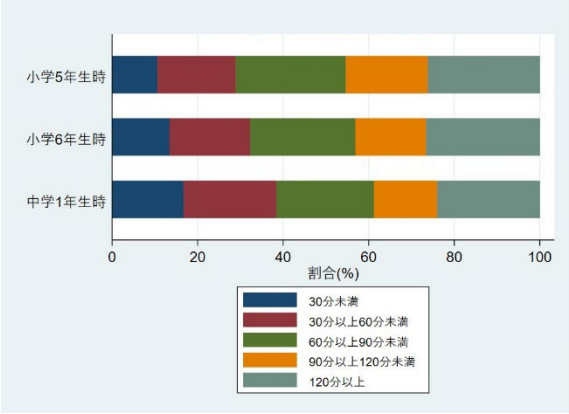
III群



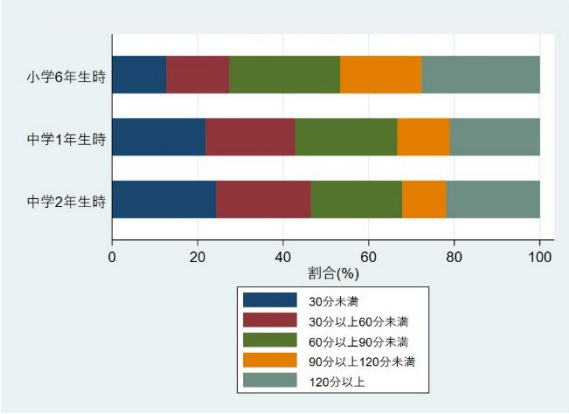
IV群



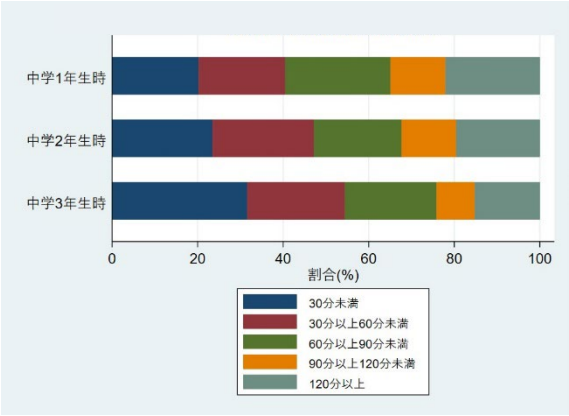
V 群



VI群



VII 群


中学1年生時
中学2年生時
中学3年生時
0
20
40
60
80
100
割合(%)
30分未満
30分以上60分未満
60分以上90分未満
90分以上120分未満
120分以上

8-6. アンケート回答と眼軸長の平均値の推移の組み合わせ

以下に、2021 年度のアンケート回答に基づく、2021 年度から 2023 年度までの眼軸長の平均値の推移を示す。

図 8-6-1.～8-6-19. 各群のアンケート回答の眼軸長(mm)(右)推移

図 8-6-1.

Q1. 眼鏡またはコンタクトレンズの使用

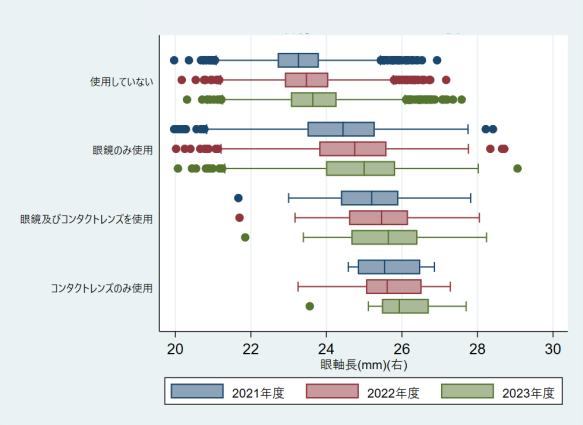


図 8-6-2.

Q2. オルソケラトロジーの装用（現在または半年以内）

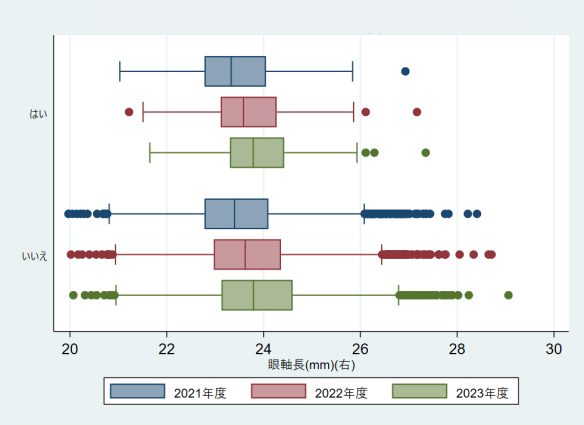


図 8-6-3.

Q3. 両親の近視者の有無

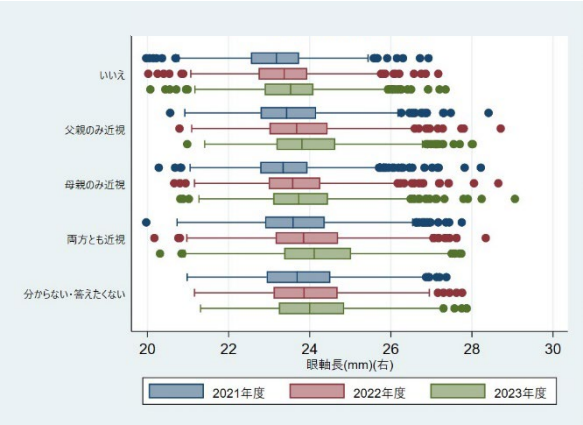


図 8-6-4.

Q4. 休み時間の屋外利用頻度

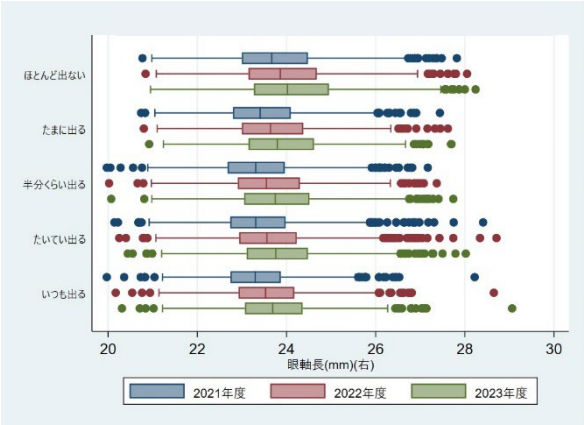


図 8-6-5.

Q5. 授業・休み時間以外の屋外利用の１日当たり平均時間

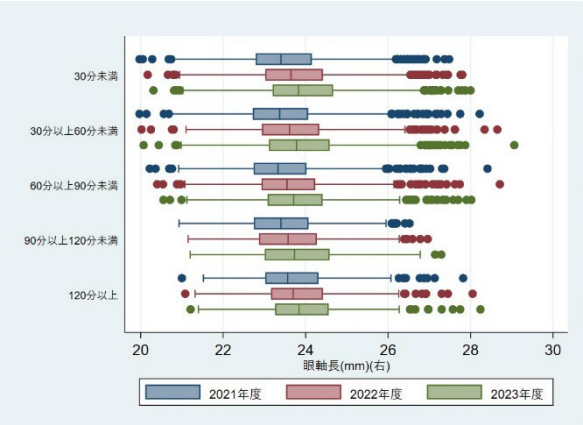


図 8-6-6.

Q6. 登下校の徒歩または自転車の往復時間

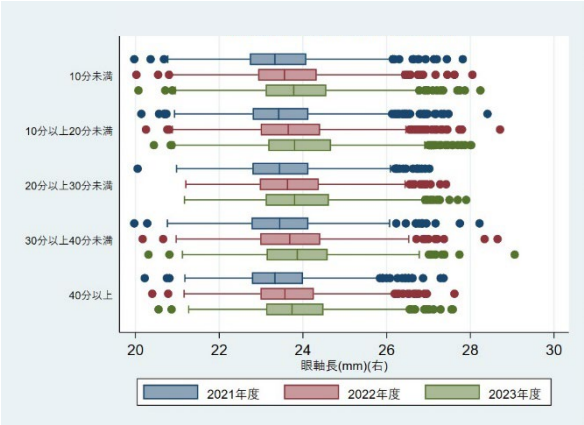


図 8-6-7.

Q7.学校以外での勉強や読書の１日当たり平均時間

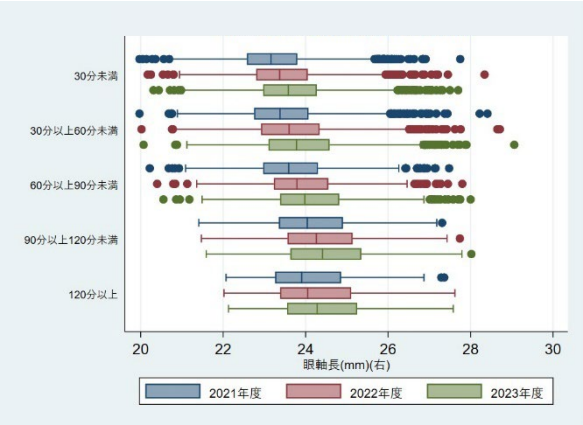


図 8-6-8.

Q8-1. 学校以外での PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の１日当たり平均使用時間

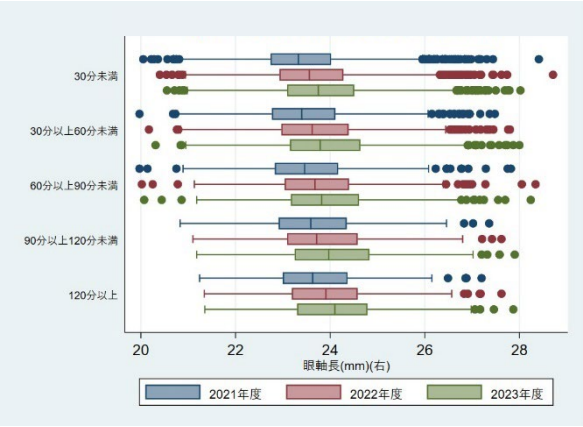


図 8-6-9.

Q8-2. PC やタブレット使用に関する目を休めるためのルールの有無

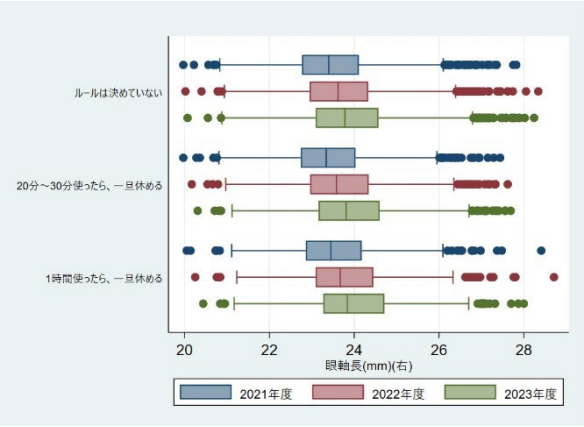


図 8-6-10.

Q9-1. 手元を見ながら楽しむタイプの機器の
１日当たり平均使用時間

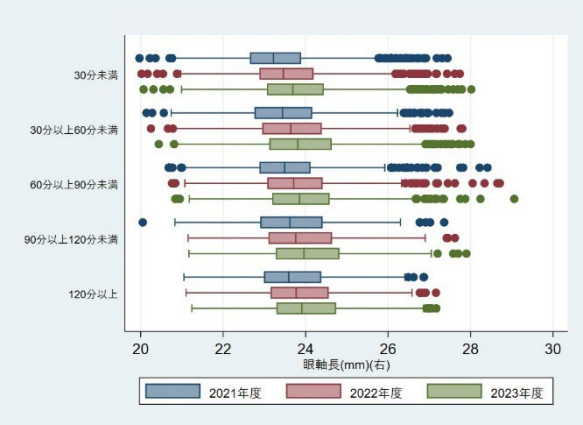


図 8-6-11.

Q9-2. スマートフォンやゲーム機の使用に関する
目を休めるためのルールの有無

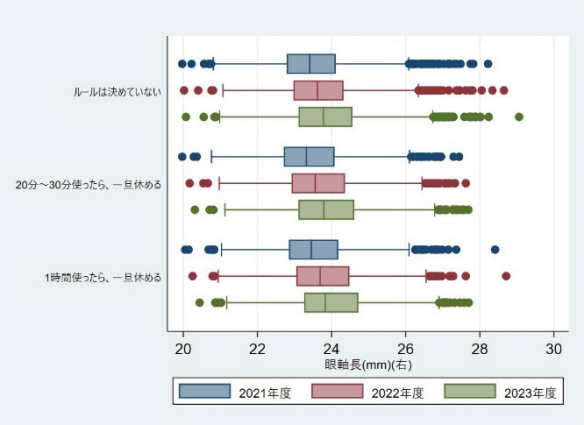


図 8-6-12.

Q10. テレビの１日当たり平均視聴時間

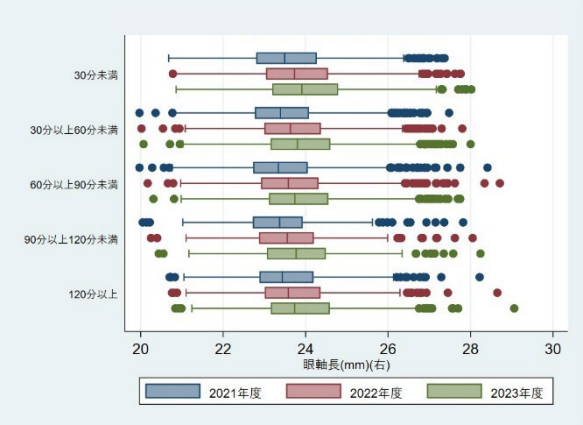


図 8-6-13.

Q11. 平均起床時間

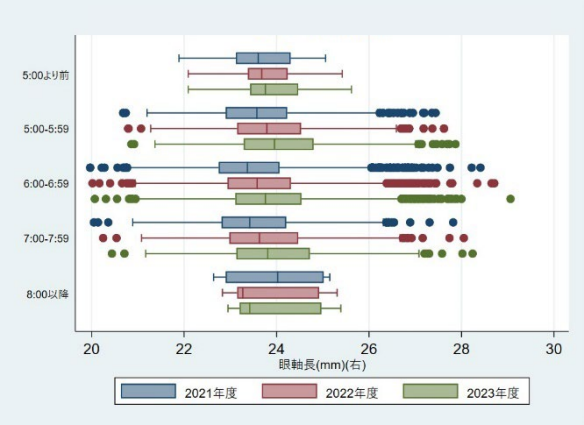


図 8-6-14.

Q12. 平均就寝時間

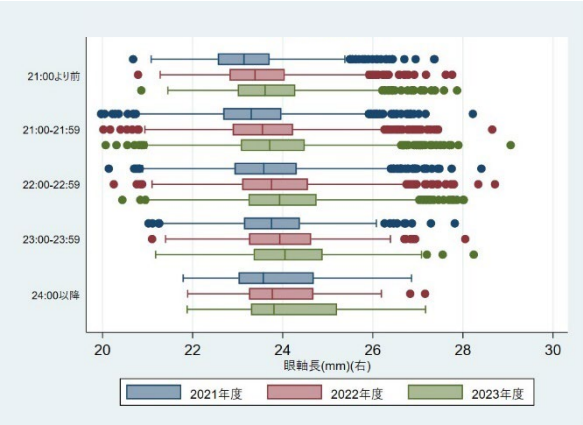


図 8-6-15.

Q13. 休日の屋外利用時間

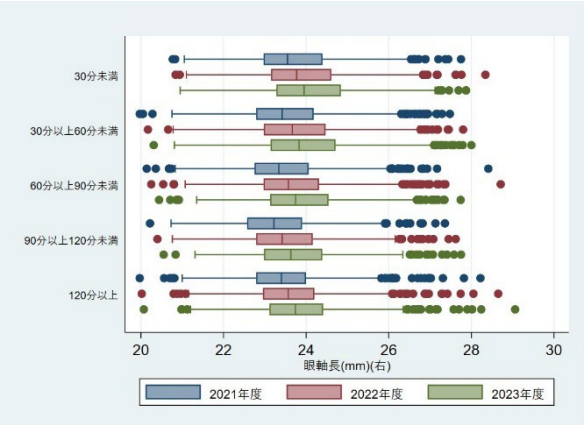


図 8-6-16.

Q14. 休日の勉強や読書の平均時間

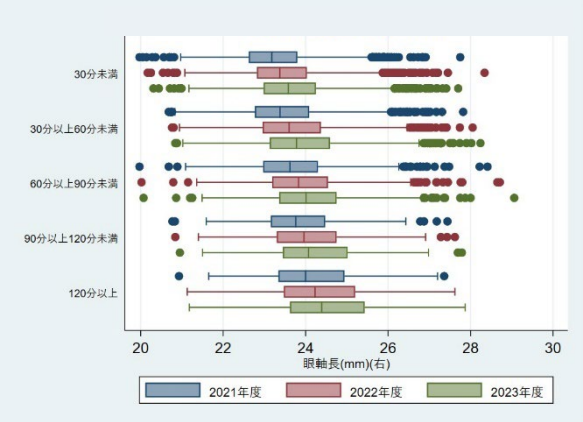


図 8-6-17.

Q15. 休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間

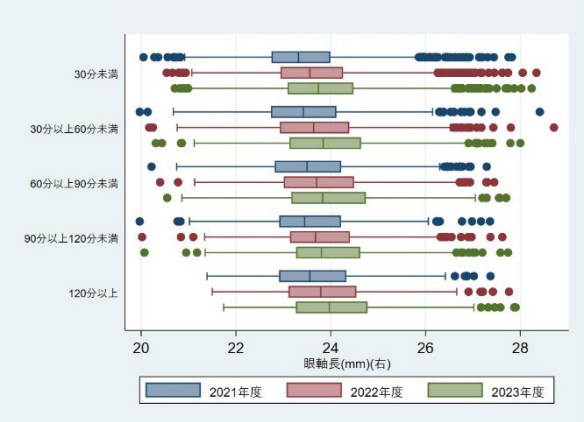


図 8-6-18.

Q16. 休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間

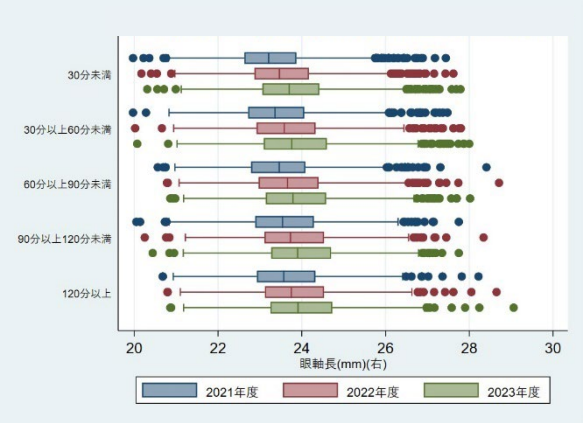
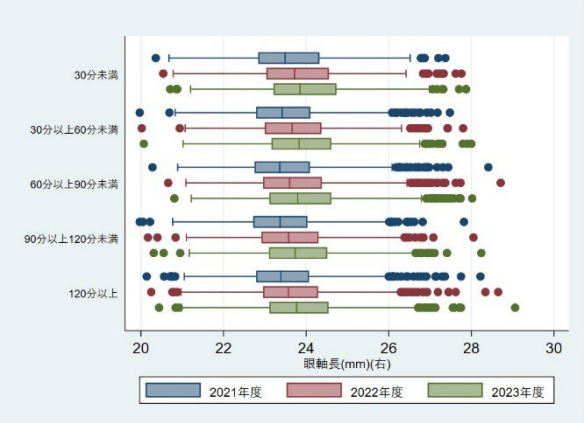


図 8-6-19.

Q17. 休日のテレビの平均視聴時間



8-7. アンケート回答と眼軸長の平均値の推移の組み合わせ （簡略版）

以下に、2021 年度から 2023 年度までの眼軸長の値の推移を、分かりやすくした図を示す。

図 8-7-1.～8-7-19. 各群のアンケート回答の眼軸長(mm)(右)推移

図 8-7-1.

Q1 .眼鏡またはコンタクトレンズの使用

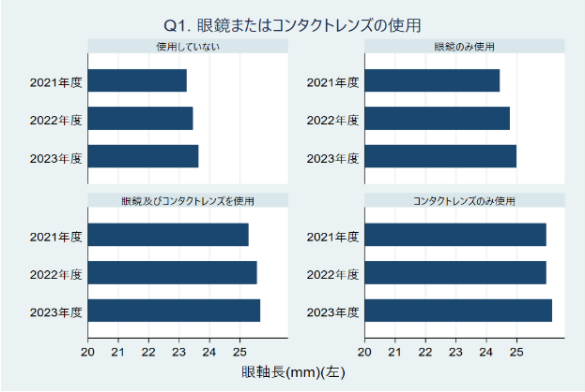


図 8-7-2.

Q2. オルソケラトロジーの装用
(現在または半年以内)

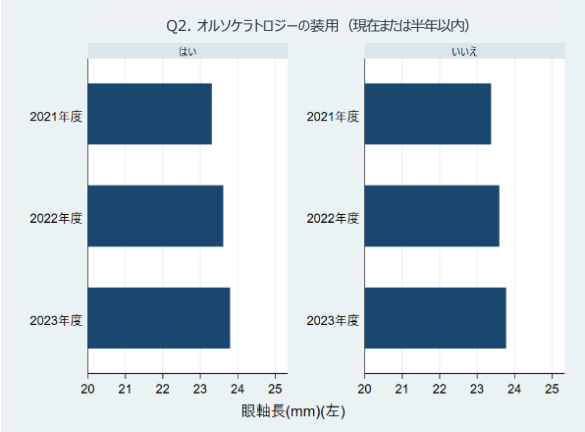


図 8-7-3.

Q3. 両親の近視者の有無

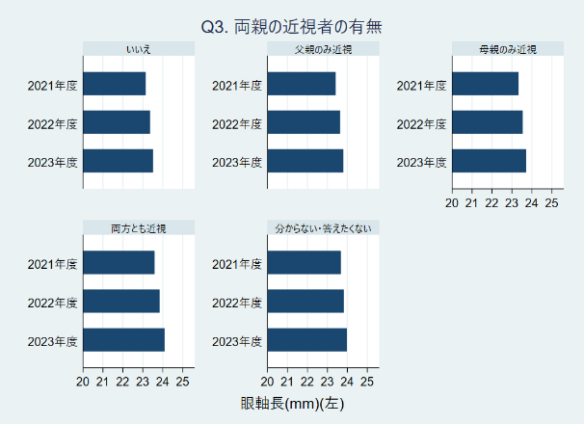


図 8-7-4.

Q4. 休み時間の屋外利用頻度

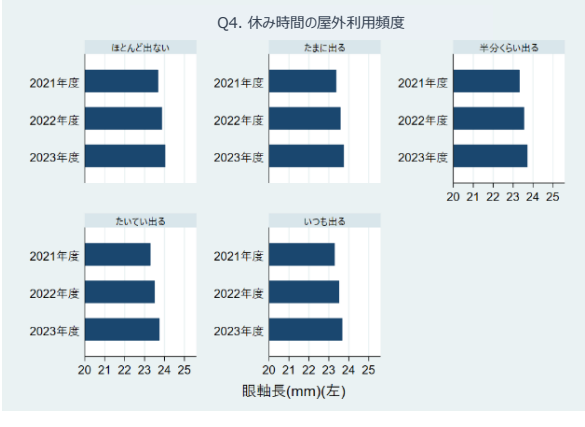


図 8-7-5.

Q5. 授業・休み時間以外の屋外利用の１日当たり平均時間

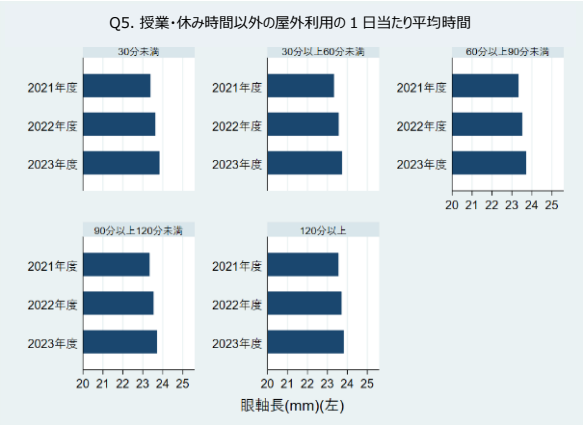


図 8-7-6.

Q6. 登下校の徒歩または自転車の往復時間

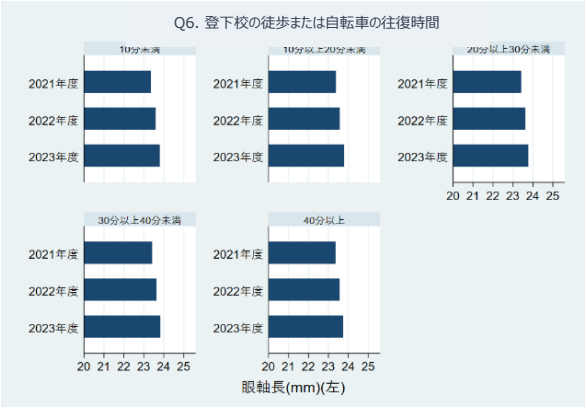


図 8-7-7.

Q7.学校以外での勉強や読書の１日当たり平均時間

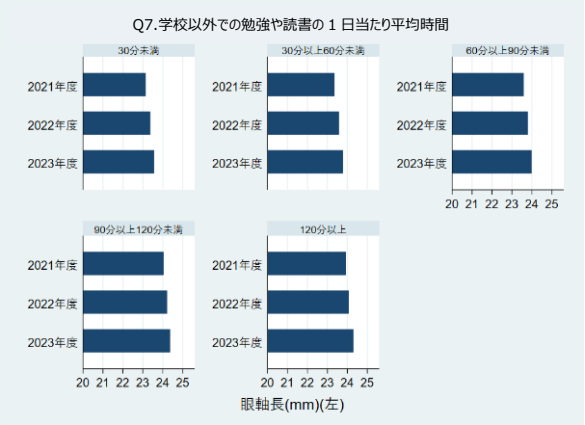


図 8-7-8.

Q8-1. 学校以外での PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の１日当たり平均使用時間

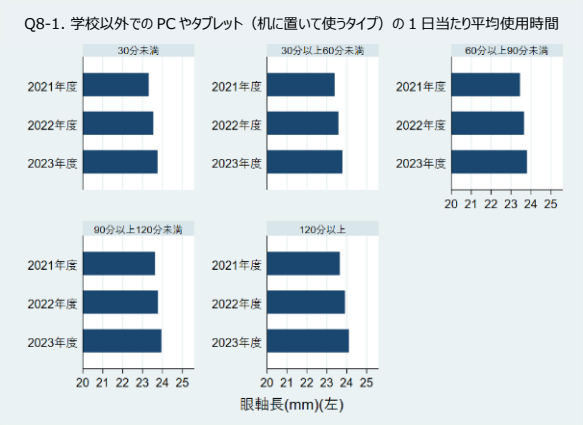


図 8-7-9.

Q8-2. PC やタブレット使用に関する目を休めるためのルールの有無

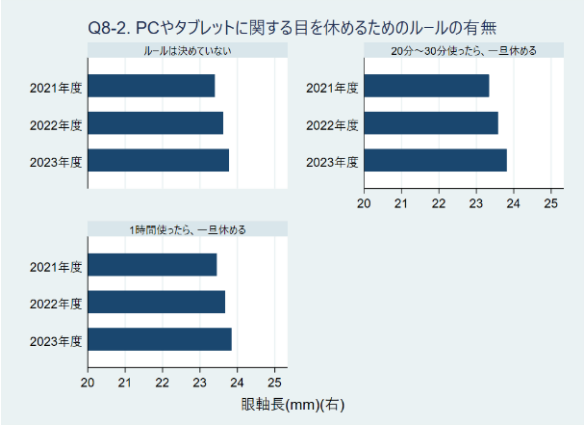


図 8-7-10.

Q9-1. 手元を見ながら楽しむタイプの機器の１日当たり平均使用時間

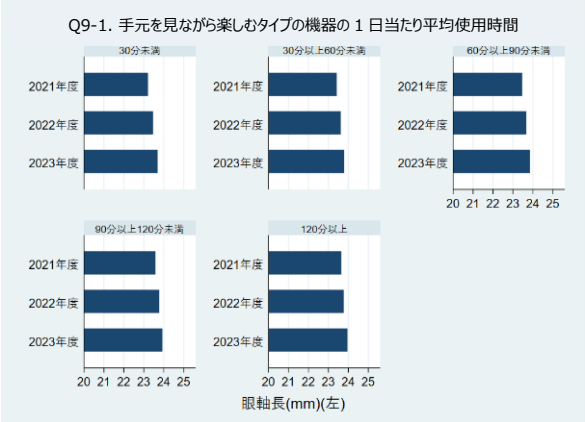


図 8-7-11.

Q9-2. スマートフォンやゲーム機の使用に関する目を休めるためのルールの有無

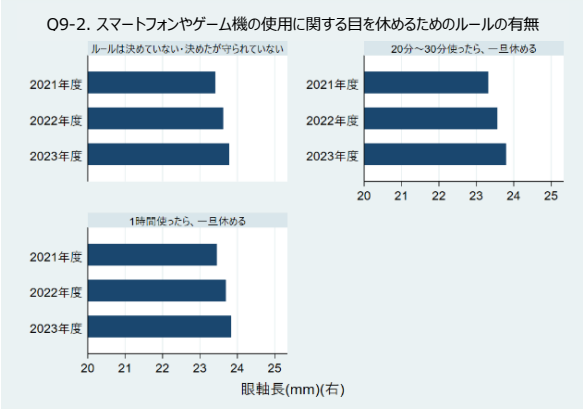


図 8-7-12.

Q10. テレビの１日当たり平均視聴時間

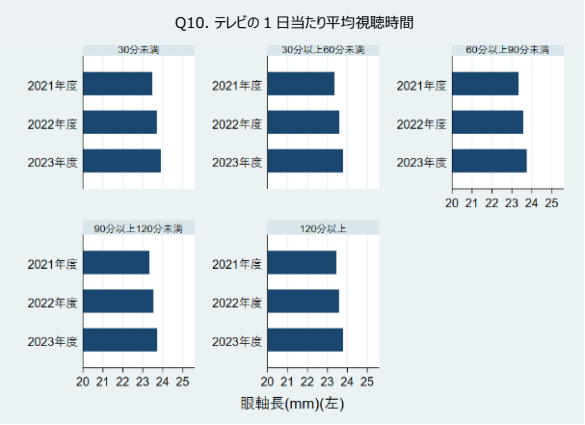


図 8-7-13.

Q11. 平均起床時間

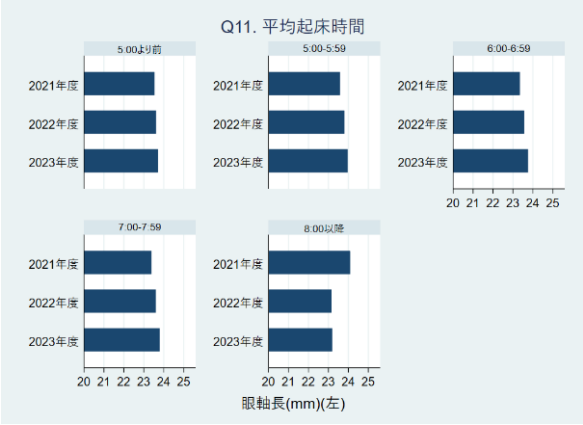


図 8-7-14.

Q12. 平均就寝時間

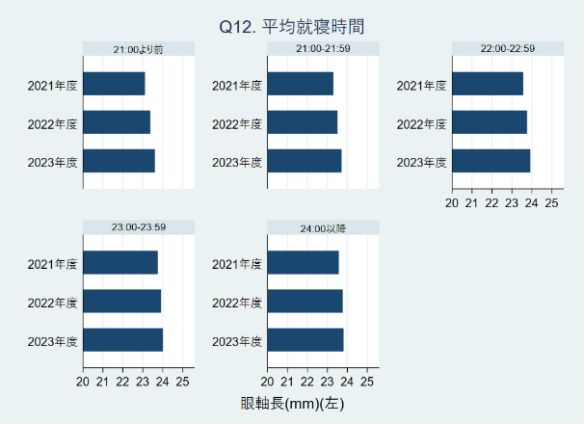


図 8-7-15.

Q13. 休日の屋外利用時間

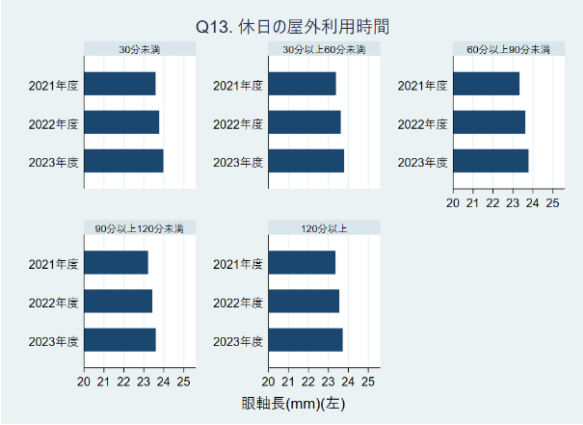


図 8-7-16.

Q14. 休日の勉強や読書の平均時間

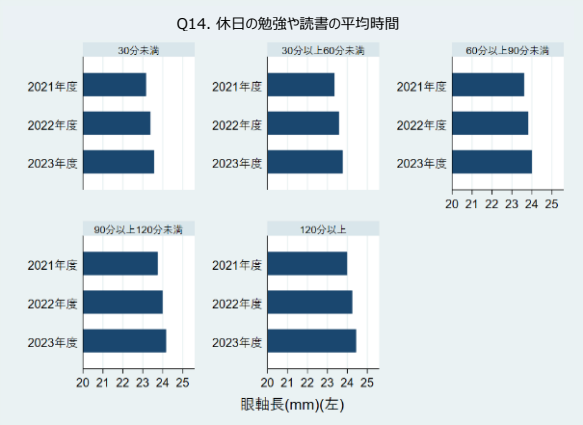


図 8-7-17.

Q15. 休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間

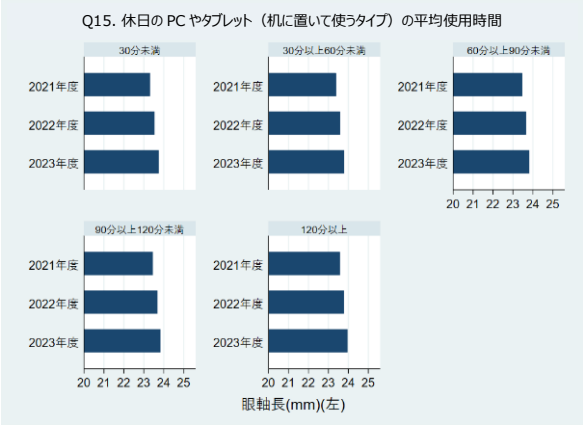


図 8-7-18.

Q16. 休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間

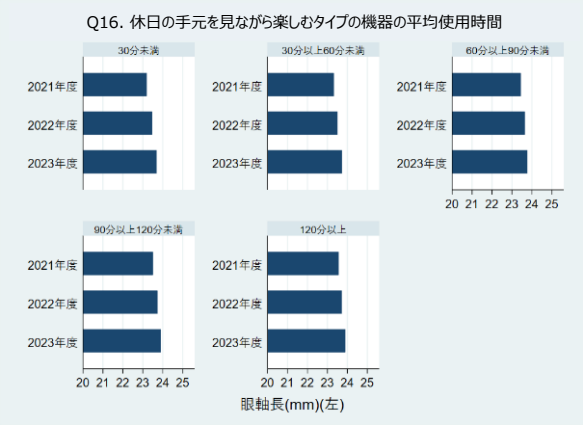
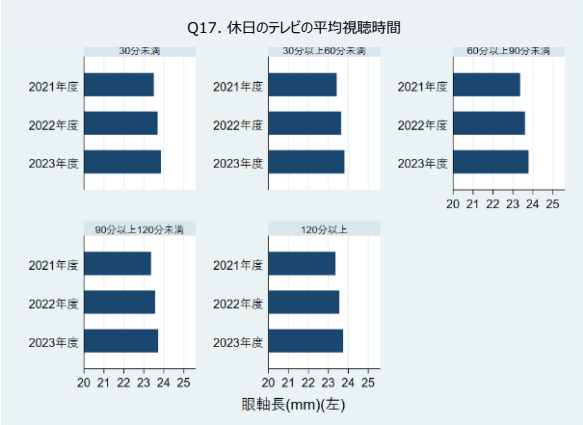


図 8-7-19.

Q17. 休日のテレビの平均視聴時間



8-8. アンケート回答と等価球面度数の平均値の推移の組み合わせ

以下に、2021 年度のアンケート回答に基づく、2021 年度から 2023 年度までの等価球面度数の平均値の推移を示す。

図 8-8-1.～8-8-19. 各群のアンケート回答の等価球面度数(D)(右)推移

図 8-8-1.

Q1. 眼鏡またはコンタクトレンズの使用

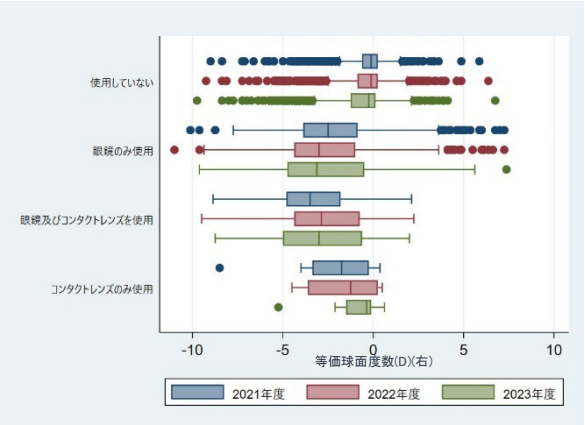


図 8-8-2.

Q2. オルソケラトロジーの装用（現在または半年以内）

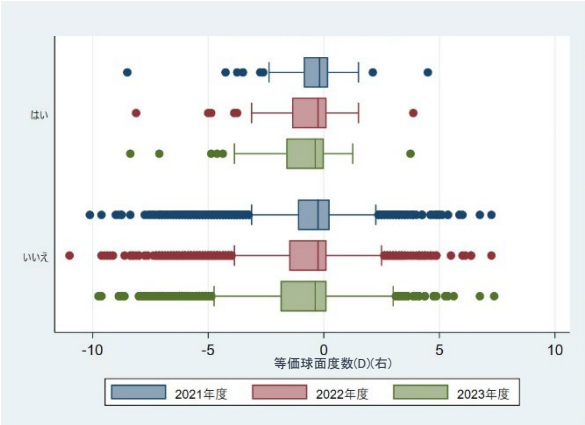


図 8-8-3.

Q3. 両親の近視者の有無

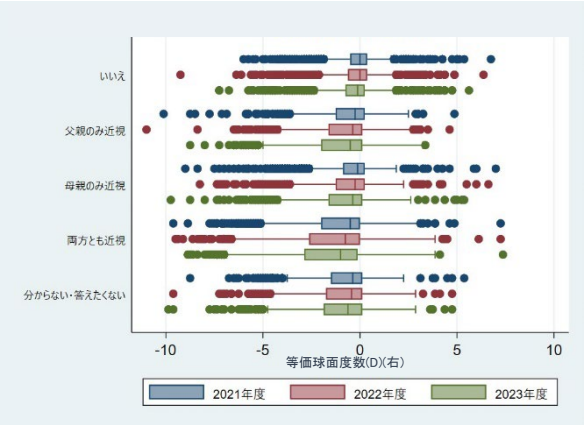


図 8-8-4.

Q4. 休み時間の屋外利用頻度

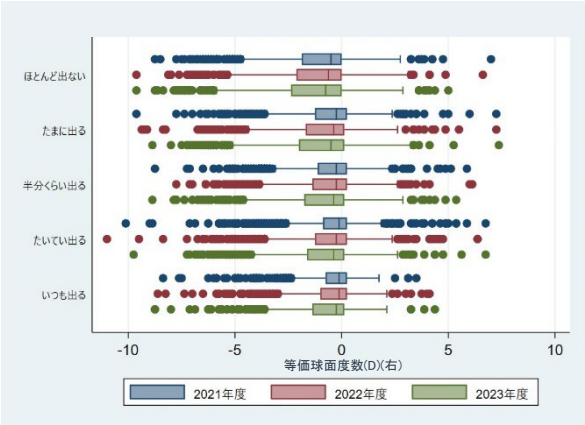


図 8-8-5.

Q5. 授業・休み時間以外の屋外利用の１日当たり平均時間

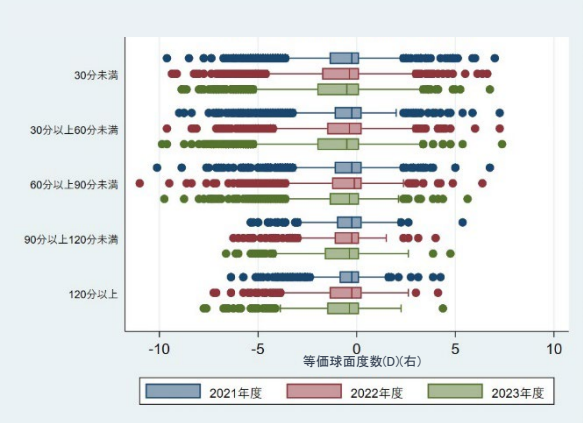


図 8-8-6.

Q6. 登下校の徒歩または自転車の往復時間

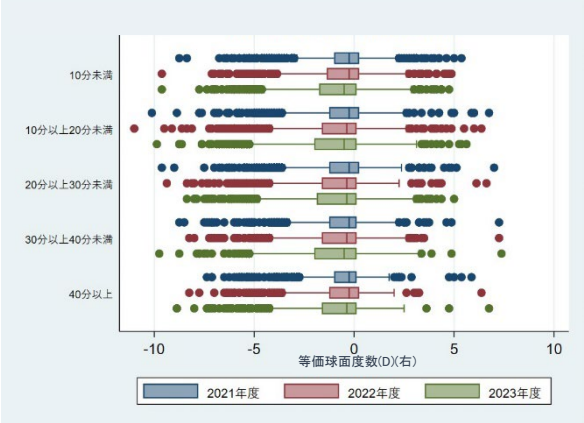


図 8-8-7.

Q7. 学校以外での勉強や読書の１日当たり平均時間

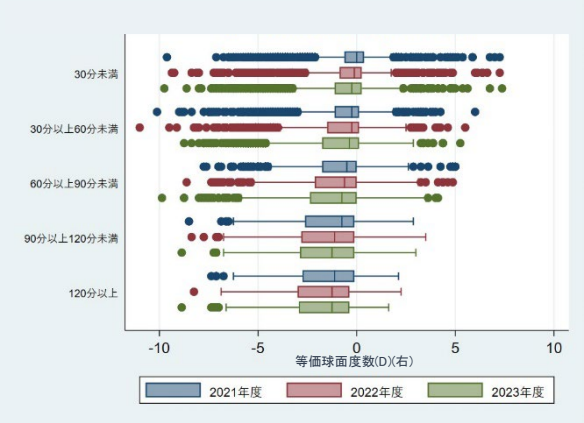


図 8-8-8.

Q8-1. 学校以外での PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の１日当たり平均使用時間

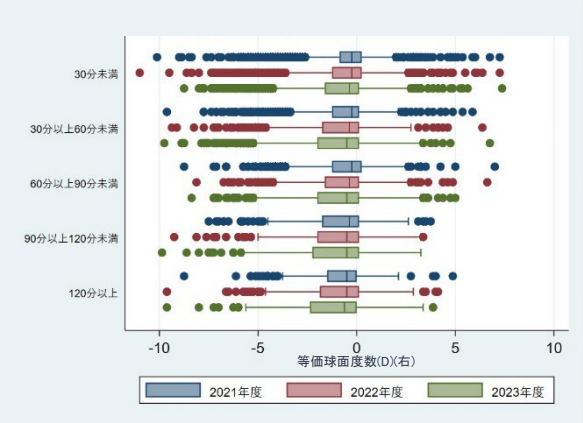


図 8-8-9.

Q8-2. PC やタブレット使用に関する目を休めるためのルールの有無

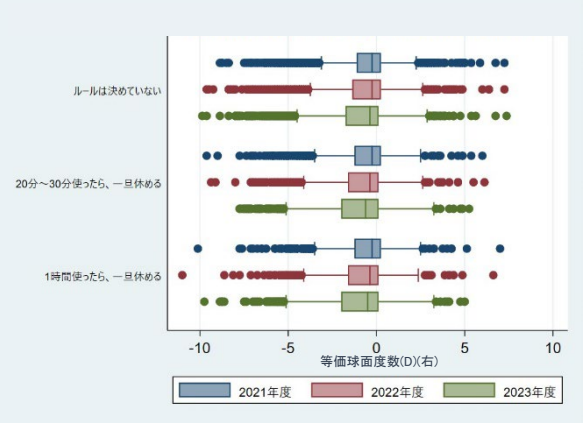


図 8-8-10.

Q9-1. 手元を見ながら楽しむタイプの機器の
１日当たり平均使用時間

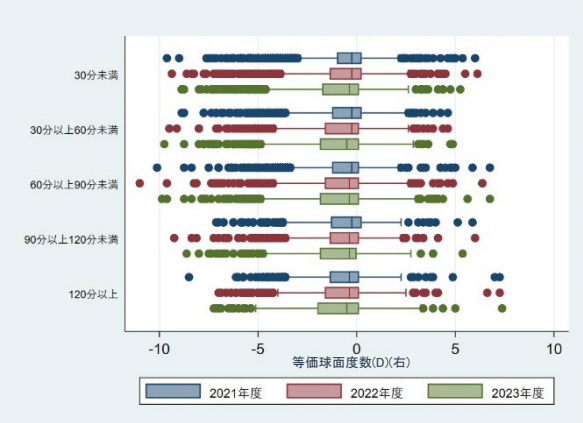


図 8-8-11.

Q9-2. スマートフォンやゲーム機の使用に関する
目を休めるためのルールの有無

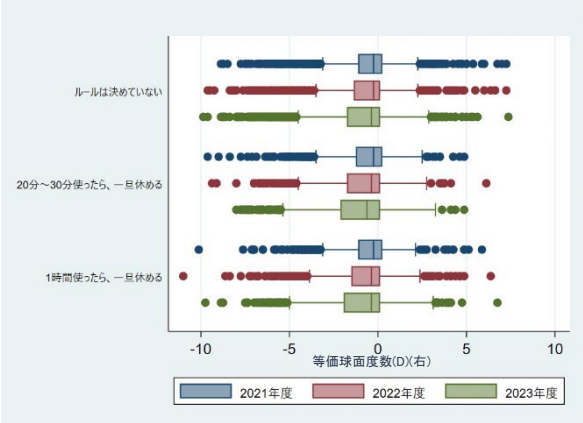


図 8-8-12.

Q10. テレビの１日当たり平均視聴時間

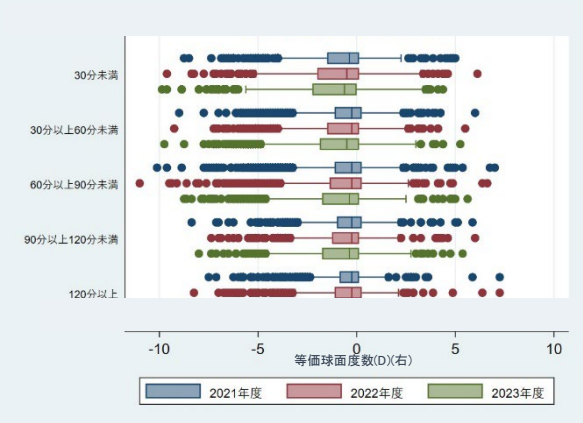


図 8-8-13.

Q11. 平均起床時間

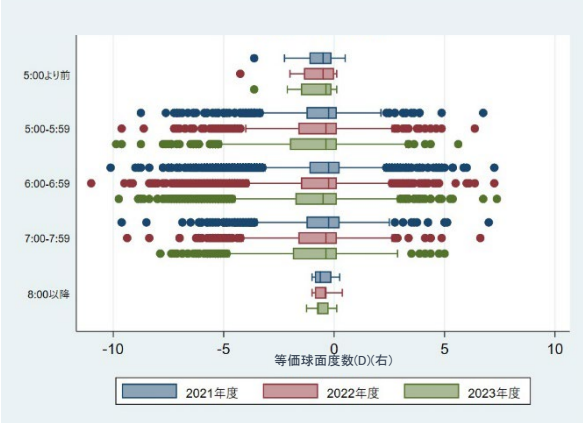


図 8-8-14.

Q12. 平均就寝時間

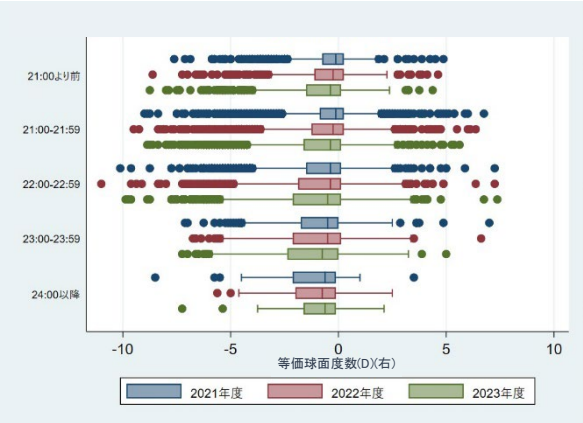


図 8-8-15.

Q13. 休日の屋外利用時間

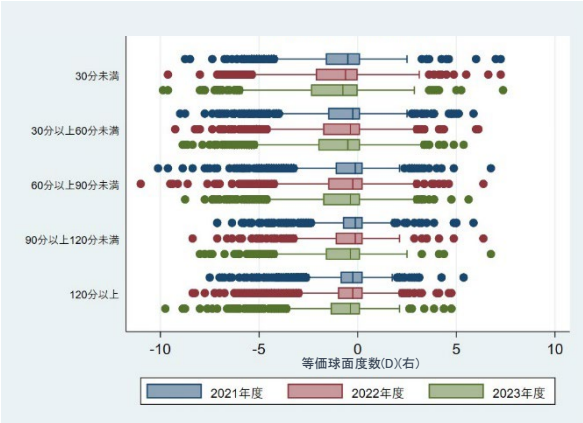


図 8-8-16.

Q14. 休日の勉強や読書の平均時間

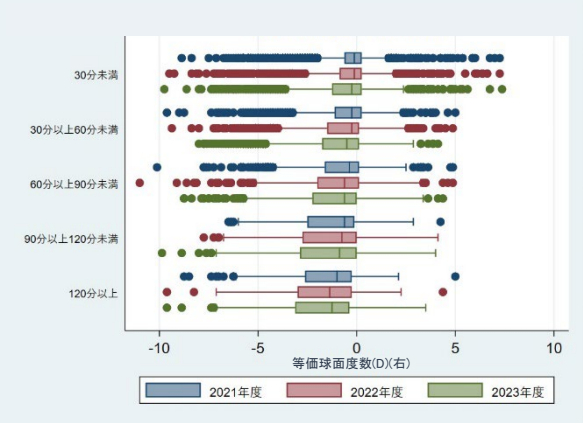


図 8-8-17.

Q15. 休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間

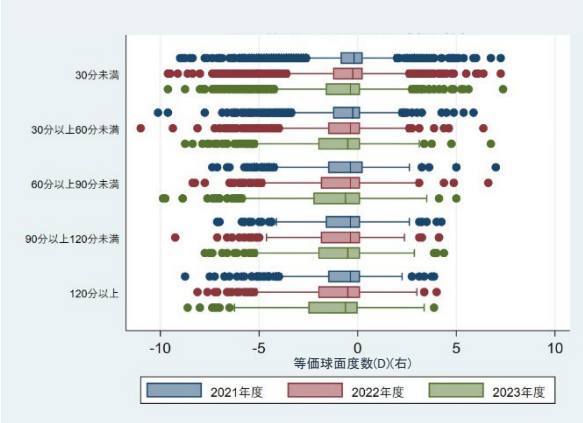


図 8-8-18.

Q16. 休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間

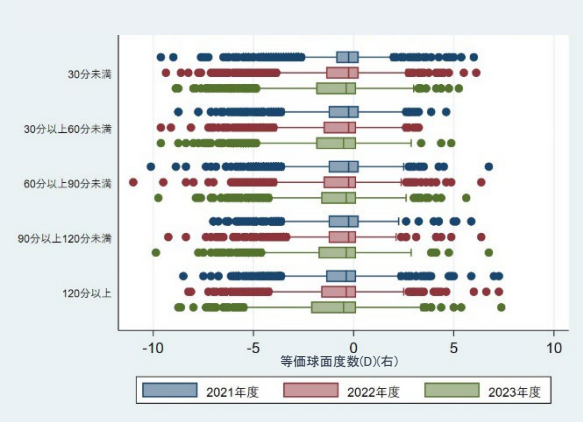
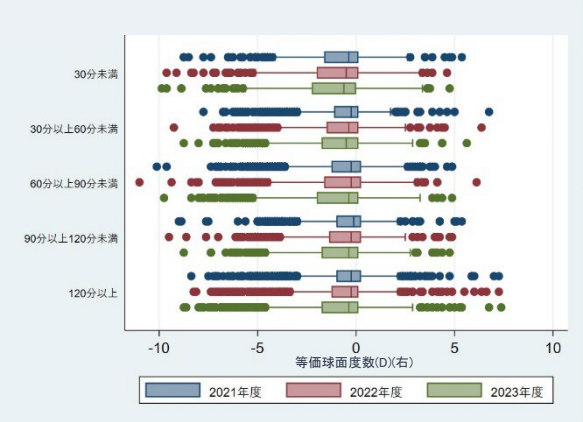


図 8-8-19.

Q17. 休日のテレビの平均視聴時間



8-9. アンケート回答と等価球面度数の平均値の推移の組み合わせ（簡略版）

以下に等価球面度数についても示す。

図 8-9-1.～8-9-19. 各群のアンケート回答の等価球面度数(D)(右)推移

図 8-9-1.

Q1. 眼鏡またはコンタクトレンズの使用

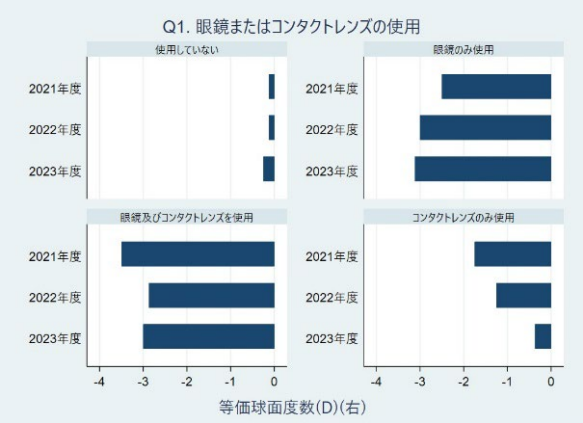


図 8-9-2.

Q2. オルソケラトロジーの装用
(現在または半年以内)

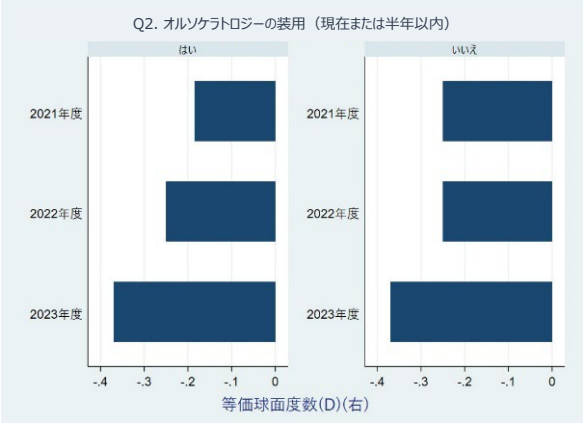


図 8-9-3.

Q3. 両親の近視者の有無

図 8-9-4.

Q4. 休み時間の屋外利用頻度

図 8-9-5.

Q5. 授業・休み時間以外の屋外利用の１日当たり平均時間

図 8-9-6.

Q6. 登下校の徒歩または自転車の往復時間

図 8-9-7.

Q7.学校以外での勉強や読書の１日当たり平均時間

図 8-9-8.

Q8-1. 学校以外での PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の１日当たり平均使用時間

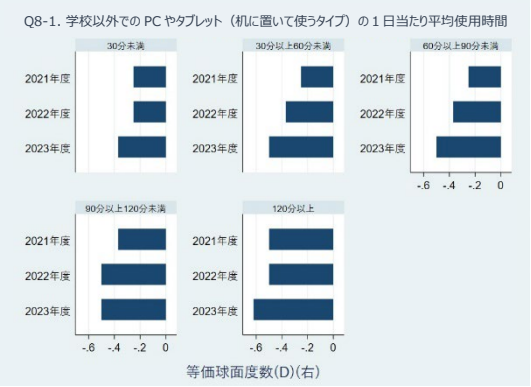


図 8-9-9.

Q8-2. PC やタブレット使用に関する目を休めるためのルールの有無

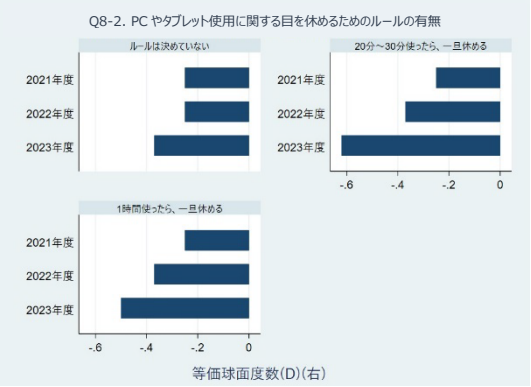


図 8-9-10.

Q9-1. 手元を見ながら楽しむタイプの機器の１日当たり平均使用時間

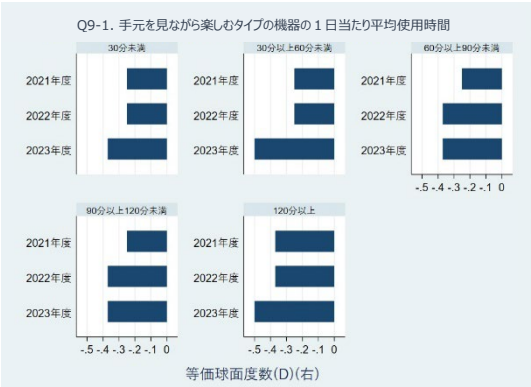


図 8-9-11.

Q9-2. スマートフォンやゲーム機の使用に関する目を休めるためのルールの有無

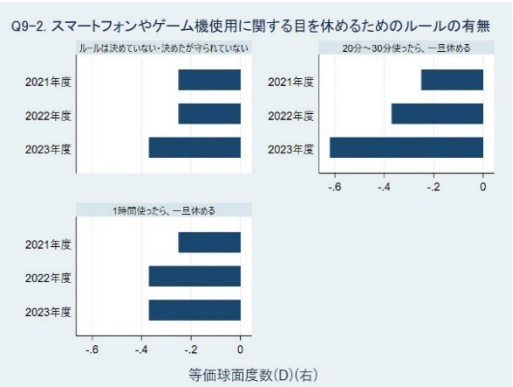


図 8-9-12.

Q10. テレビの１日当たり平均視聴時間

図 8-9-13.

Q11. 平均起床時間

図 8-9-14.

Q12. 平均就寝時間

図 8-9-15.

Q13. 休日の屋外利用時間

図 8-9-16.

Q14. 休日の勉強や読書の平均時間

図 8-9-17.

Q15. 休日の PC やタブレット（机に置いて使うタイプ）の平均使用時間

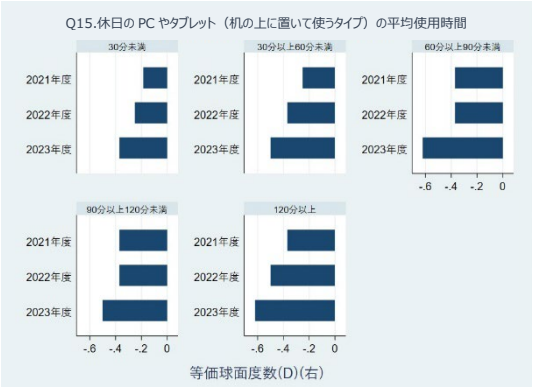


図 8-9-18.

Q16. 休日の手元を見ながら楽しむタイプの機器の平均使用時間

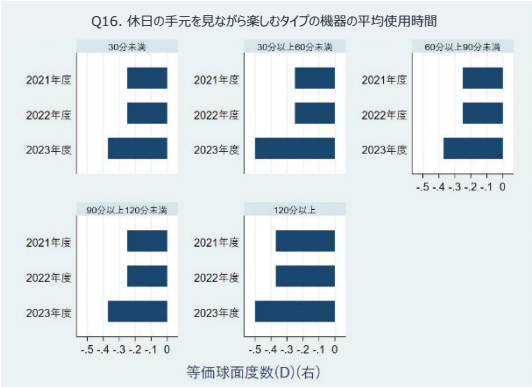
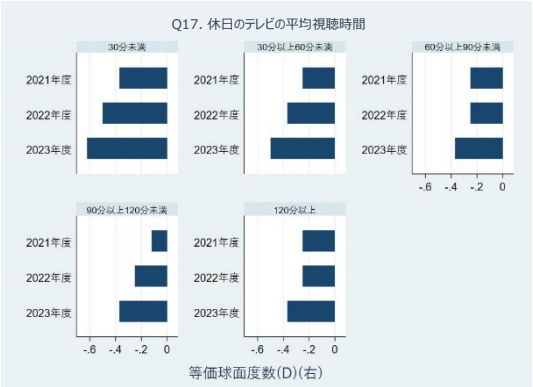


図 8-9-19.

Q17. 休日のテレビの平均視聴時間



8-10. 近視の有無別の経年変化

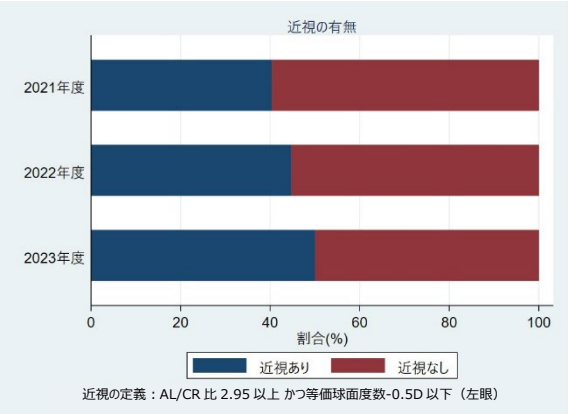
以下に、近視の有無別の、同一の児童生徒の経年変化（いわゆる縦断データ）を示す。近視の定義は、同様に「眼軸長/平均角膜曲率半径 (AL/CR) 比 2.95 以上 かつ等価球面度数 -0.5D 以下」を用いており、どの群においても、学年が上がるごとに近視の定義に該当する者が増えていた。

表 8-10-1. 近視の有無別の推移

		近視あり	近視なし	計
I 群	2021 年度	91（12.43%）	641（87.57%）	732
(小 1→小 3)	2022 年度	171（23.33%）	562（76.67%）	733
	2023 年度	264（35.87%）	472（64.13%）	736
II 群	2021 年度	165（23.40%）	540（76.60%）	705
(小 2→小 4)	2022 年度	226（32.10%）	478（67.90%）	704
	2023 年度	280（39.66%）	426（60.34%）	706
III 群	2021 年度	242（33.02%）	491（66.98%）	733
(小 3→小 5)	2022 年度	281（38.39%）	451（61.61%）	732
	2023 年度	314（42.78%）	420（57.22%）	734
IV 群	2021 年度	309（43.28%）	405（56.72%）	714
(小 4→小 6)	2022 年度	347（48.53%）	368（51.47%）	715
	2023 年度	382（53.43%）	333（46.57%）	715
V 群	2021 年度	330（52.55%）	298（47.45%）	628
(小 5→中 1)	2022 年度	338（53.74%）	291（46.26%）	629
	2023 年度	362（57.64%）	266（42.36%）	628
VI 群	2021 年度	378（58.79%）	265（41.21%）	643
(小 6→中 2)	2022 年度	380（59.10%）	263（40.90%）	643
	2023 年度	397（61.65%）	247（38.35%）	644
VII 群	2021 年度	584（59.96%）	390（40.04%）	974
(中 1→中 3)	2022 年度	581（59.65%）	393（40.35%）	974
	2023 年度	594（60.92%）	381（39.08%）	975
全体	2021 年度	2114（40.82%）	3065（59.18%）	5179
	2022 年度	2339（45.15%）	2841（54.85%）	5180
	2023 年度	2610（50.31%）	2578（49.69%）	5188

図 8-10-1. 対象者全体の近視の有無別の推移

左眼



右眼

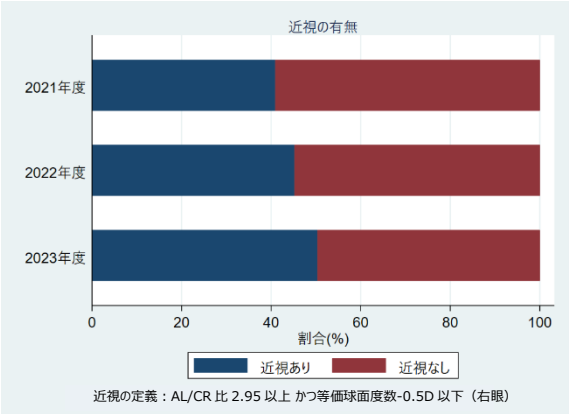
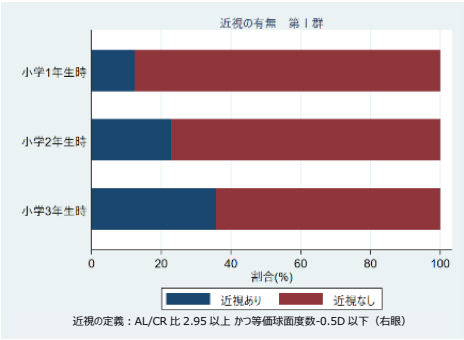
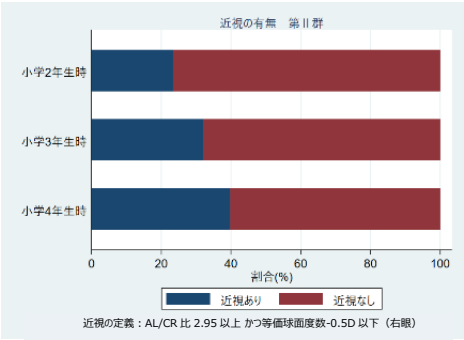


図 8-10-2. 各群の年度別（学年別）の近視有無別の推移

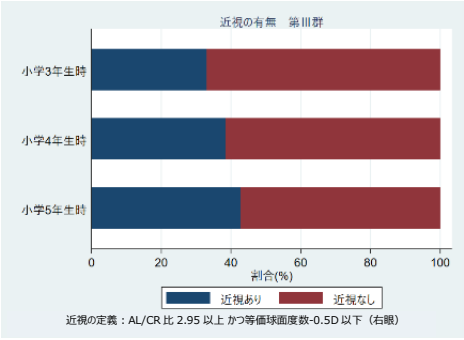
Ⅰ群



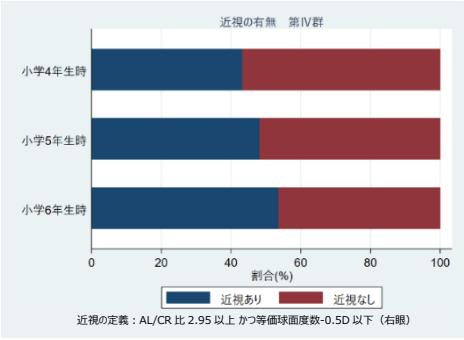
Ⅱ群



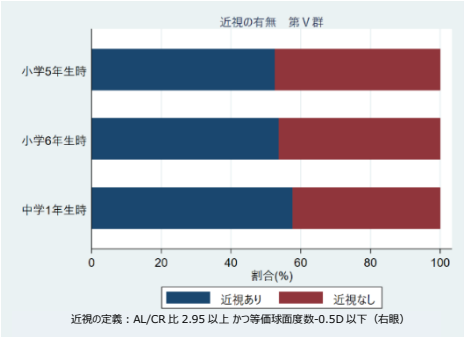
Ⅲ群



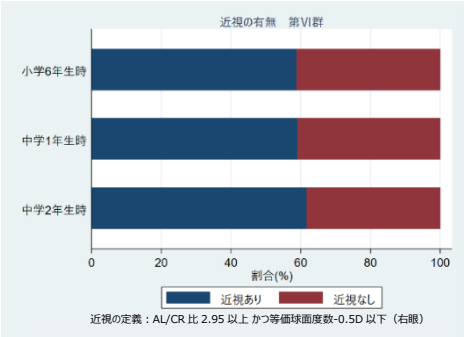
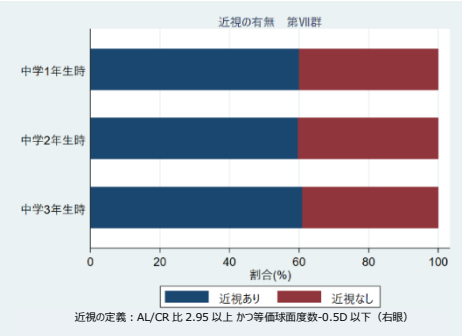
Ⅳ群



Ⅴ群



Ⅵ群



Ⅶ群