



2025年度



2025(R. 7). 7. 23.

明王台シャローム幼稚園



地域の子育て応援！！ ～
未就園児と保護者の方を対象として～

ぷちぱるレター 7月号 (Vol. 2)

～ 視力と見え方と色の認識 ～

毎日猛暑の日々が続き、室内で過ごす子ども達は元気が有り余っているようです。園では暑い夏も体調を崩すことなく乗り切れる強い体作りとして、毎日の運動(室内サーキット)や遊びに飽きるこないよう、室内活動としてプリント遊びやぬり絵をしたり、映画のDVDを鑑賞したりして過ごしております。

さて、今回は乳児期に判断しづらい子どもの“視力”について触れたいと思います。絵本を見たり、遊具で遊んだり、お友達とおままごとをしたり・・・、と日常的に周囲の状況を感じ取るために、大切な五感の一つとして“視覚”があります。この視覚について、今回は視力や見え方等の視点から触れてみたいと思います。

● 子どもの視力

人は生後2～3ヶ月頃に動くものを目で追ったり、色を判別し始めます。初めに判別するのは赤色で、そこから黄色、緑色へと判別が出来るようになっていきます。自分の周りにあるおもちゃや壁、服などから色を意識していくため、身の回りの物の“色”を意識して選ぶことが必要となる時期です。

生後半年頃からは原色の判別ができるようになっていきます。**この時期にたくさんの原色の色に触れておくことが大切です。色の名前が一致するのは2歳半～3歳頃と言われているので、遊びの中で色の名前を大人が伝えていくことも大切です。**6歳頃には大人とほとんど変わらない程度まで視力が発達していきます。

● 原色カラー、くすみカラー

ここ数年、くすみカラーといわれる彩度の低いくすみを含んだグレイッシュな色合いが流行っており、お家の家具や小物をくすみカラーで揃えているご家庭も多いのではないのでしょうか。2018年頃から流行しており、“抜け感”や“こなれ感”のある自然体でお洒落な印象ということで人気があるようです。

最近では育児グッズやおもちゃなどにもくすみカラーが取り入れられていますが、**子どもは原色から認識し始めるため、くすみカラーは何色なのか判別することが難しいようです。**子どもの視力の発達段階では原色に多く触れることで色の識別が促されていくので、お子様が手にする機会の多いおもちゃや身近な物は、原色のものをおすすめします。

● 絵本やキャラクターの色

“はらぺこあおむし(エリック・カール)”や“うさこちゃんシリーズ(ディック・ブルーナ)”はお好きな方も多いと思います。これらの絵本では原色カラーが多く使用されています。ご家庭で絵本を選ぶ際には、物語だけでなく、絵の色合いなども意識してみると良いですね。長い期間、世界中で選ばれ、愛される理由の一つに原色カラーが多いことも含まれているのではないのでしょうか。

● 視力の目安と子どもの視野

ここで、成長段階での視力と見え方等についてご紹介いたします。

【視力と見え方】

- 新生児・・・0. 03程度。両目の協調性はなく、正面を見つめることが多い。
- 0～3ヶ月・・・0. 1以下。人間と人間以外を識別。左右に動くものを目で追う。
- 6ヶ月・・・0. 1程度数メートル先のものや人の表情がわかる。
- 1歳・・・0. 2程度。より細かいものを見分ける。
- 2歳・・・0. 4～0. 6程度。物の形がわかる。立ち上がることで視界が大人に近付く。
- 3歳・・・0. 6～0. 8程度。輪郭は多少ぼやけているが、物の形の違いがわかる。
- 5～6歳・・・1. 0程度。ほとんどの子が大人とさほど変わらないくらいの視力を持つ。

【視野】

- 左右(水平)大人:150度 子ども:90度(大人の役60%)
- 上下(垂直)大人:120度 子ども:70度(大人の役58%)

大人の視野と子どもの視野にも違いがあり、子どもは足元や左右の見える範囲が狭いです。子どもが足元につまづきやすかったり物にぶつかったりするのには視野の狭さも原因の一つですので、ご家庭や幼稚園等での安全対策として、どのあたりが見えてどのあたりが見えづらいのか、子ども目線の視野にも注意が必要です。

また、子どもの視力発達程度に合わせて、おもちゃなどを数十センチや数メートル離れたところで動かしたり置いたりしてみると、目で追ったり、ずりばいやはいはいで移動しようとしします。この見て反応する行為で、眼球が動き視野への刺激や、移動することで体の運動発達も促すことができます。3歳頃からは色水や絵の具で色を一緒に準備して色を混ぜ、どんな色が出来るのかを楽しんだり、一緒に色を塗ったりして原色から派生した色を楽しむのも良いですね。書籍やネット等、育児情報としてインプットが多すぎてしまうと、知らず知らずのうちに関りや考え方が極端になってしまいがちですが、子どもの成長段階や発達として、視力や色の識別感覚を前向きな情報として知っていただき、お子様の遊びへの関り方へ参考にさせていただけると幸いです。子どもの遊びは大人が介入してこそです。初めはおもちゃを渡しても遊び方を知らない子どもは遊べません。大人が見せ、一緒に楽しむ姿を見せることで、子どもはおもちゃの楽しさや使い方、遊び方を知っていきます。

これからまだまだ暑い日が続きます。熱中症警戒アラートが発表される日々ですが、この機会にお家の中で色を使った遊びや目(眼球)を動かす遊びを親子で楽しんでみるのもおすすめです。

今月の絵本 『ちいさな うさこちゃん』

ディック・ブルーナ ぶん/え いしいもこ やく
福音館書店 定価880円(税込)



みなさまおなじみの「うさこちゃん」が生まれた時のお話です。
うさこちゃんのお誕生を知り、そこらじゅうの動物がお祝いに来てくれます。
黄色やオレンジ、緑に青色等、色鮮やかな絵とやさしい語り口の世界のお話を、どうぞお子様と一緒にお楽しみください。

次回ぶちっこぱるのご案内

- 9月13日(土)10:00～
「“アリババ”と盗賊団ごっこで、いざ勝負！」
 - 10月22日(水)15:00～
「“不思議の国のアリス”と
ハロウィンパーティー♪」
- 毎月お誕生日のお祝いがございます！



《 お問い合わせ 》 “愛” みんなにいつまでも “LOVE” for You All, Forever
学校法人のぞみ学園
明王台シャローム幼稚園〔幼稚園型認定こども園〕(住所:福山市明王台1丁目2-7)
TEL : 084-951-6006

