（とかねっと・コーディネーター・コラム）

TOCOCO

令和８年４月 27 日（月）
とかねっと通信　第 16 号
文責：北海道帯広盲学校
コーディネーター　大橋

こんにちは。帯広盲学校です。今号は帯広盲学校で行っている教育相談についての紹介や視機能評価（どのくらい見えているのか）からわかること、弱視のお子さんが通常の学級で学習するための具体的な支援について簡単にご紹介します。このコラムを読んで気になることや相談したいことがありましたらいつでもご連絡ください。

盲学校の教育相談について

帯広盲学校の教育相談は大きく２つの内容についての相談を受けています。１つは視力についてです。弱視と診断されたお子さんの学習環境についての相談や「視力が悪そうだが、どのように見えているのか検査をしてほしい」などの相談があります。もちろん医療現場ではないので診断等はできませんが、教育的視点から見え方を確認し、見えにくさがあるかどうかの検査と助言をします。２つ目は、視覚認知についてです。学習の中で、板書が苦手、音読のときに行の読み飛ばしが多い、漢字の読み書きが苦手などの目から情報を取り込んだりその情報を処理したりすることに課題があることが考えられます。どのような課題があるのか検査をとおして判断し、手立てや学習方法について助言をします。

何か気になることがありましたら、お電話にてご相談ください。

視機能評価からわかること

学校での視力検査はＡ～Ｄの４段階の評価となります。それぞれの段階がどの程度の見え方なのか、どの座席位置だと黒板が見えやすいのかについては、表１をご覧ください。視力検査は通常の距離（５ｍ）で測定する遠距離視力と近い距離（30 ㎝）で測定する近距離視力があります。近距離視力は本を読んだり文字を書いたりするときの視力になりますが、通常は遠距離視力のみの測定となります。本や字を書くときに顔が極端に近付くなど、気になることがあれば一度検査をしてみても良いかもしれません。近距離視力と文字の大きさの関係については表２のとおりです。弱視のお子さんは拡大教科書を選定するときに参考となる数値になります。

表１

判定	視力	見え方
A	1.0 以上の人	教室の一番後ろの席でも黒板の文字がよく見える。
B	0.7～0.9	中央の席で黒板の文字がよく見える。
C	0.3～0.6	一番前の席で黒板の文字がよく見える。
D	0.3 未満	一番前の席でもよく見えない。視覚的な支援が必要。

表２

近距離視力	文字サイズ
1.0	8ポイント
0.9	9ポイント
0.8	10ポイント
0.7	12ポイント
0.6	14ポイント
0.5	16ポイント
0.4	20ポイント
0.3	28ポイント
0.2	40ポイント
0.1	80ポイント

拡大教科書が必要な視力

参考『小･中学校における視力の弱い子どものための学習支援』教育出版

通常の学級でできる弱視の子への具体的支援

見えにくさを抱える子どもたちが通常の学級で他の子どもたちと一緒に学習することは、体に掛かる負担は大きく疲労感を感じやすいともいわれています。学習環境を整え、無理なく学習ができるように配慮することで疲労の軽減へとつながり学習意欲の向上につながります。

教室環境編

1　適切な机の選定

一般的には JIS 規格によって机の高さが選定されていますが、見えにくさのある子どもは一般的な机の高さよりも 10 ㎝高くするのが良いといわれています。視距離が縮まるため、見やすさにつながるともいわれています。

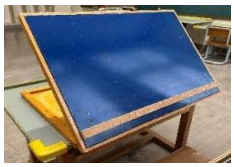
2　ブラインドやカーテンの設置

明るさを充分に保つ方が見やすいと思われがちですが、見えにくさのある子どもの中には羞明といい、眩しさを感じやすい子どももいます。他の子どもたちへ支障のない範囲で教室内の明るさの調節をすることも環境整備の一つです。

視覚補助具編

1　書見台や書写台の活用

机の高さの工夫をしても、机に顔を近づけて読み書きをしてしまい、姿勢の悪さにつながる子も少なくありません。そのようなときには、書見台等を使用して姿勢を良好に保つことが出来るような工夫が必要です。



2　単眼鏡・ルーペ・拡大読書器など

見えにくさを感じたときにすぐに見たいものを拡大する手段として使用します。単眼鏡や読書器は自立活動で使い方の練習を行います。

3　タブレット端末など

タブレットの機能にも見えにくさに配慮できる設定があります。画面の色を反転させたり、コントラストを上げたりするなどの工夫があります。

また、UD ブラウザなどを使って、読み上げ機能を使用したり見やすい色に変更したりし、負担が少なく学習を進めていく工夫もできます。

教材準備編

1　文字や資料の拡大

資料の拡大については、単純にすべてを大きくする方法と、必要な情報だけを抜き取りさらに拡大する方法との二つの方法が考えられます。子どもの実態や見え方、見えにくさに応じながら的確に情報を読み取ることができるような教材の準備が必要です。

2　色彩の配慮

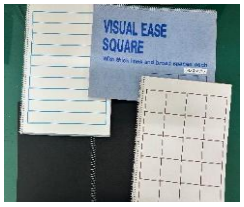
コントラストが明快な色を用いはっきりとくっきり見える工夫が必要です。薄い色を用いるときには輪郭線を入れるなどの工夫で見やすさが変わってきます。白黒反転なども一つの方法として有効になります。

文房具編

1　筆記具や定規

鉛筆にも様々な濃さの鉛筆があります。見やすい濃さの鉛筆を選ぶことも学習環境を整える上ではとても重要です。中には濃い鉛筆でも見えにくさを感じるお子さんがいます。そのような場合はフェルトペンなどを使用する方法もあります。

定規も見えにくさが強く出てしまう学用品の一つになります。UD 定規なども市販されています。



2　ノートの選定

見えにくさのある子どもは、ノートに書いてある薄緑色の罫線が見えにくい場合があります。ビジュアルイーズというノートは罫線の色が見やすく、大きな枠になっているものもあるなど、弱視の子どもでも使いやすくなっています。

配慮がされたものではなくても、一般的なノートの罫線を太く補強するなどの工夫でも見やすいノートになります。

十勝特別支援教育推進ネットワーク協議会「とかねっと」

【目的】

①管内の特別支援学校それぞれの専門性や関係機関の情報を共有すること。

②教育機関・福祉・医療・労働の様々な機関との連携を図り、特別支援教育の理解・啓発を図ること。

③定期的な研修を通して、特別支援教育の力量向上を図ること。

※一人で悩んだり学校だけで抱えずに、いつでもお気軽にご相談ください♪

詳細は北海道帯広養護学校 HP をご覧ください

【お知らせ】

とかねっとの発足から約 20 年経過し、昨年度より事業の見直しを図っているところです。それに伴い、令和 8 年度のコラムの発行を休止とさせていただきます。